

I denti che soffrono il freddo No allo yogurt e agli agrumi

Buongiorno, mi chiamo Maria, ho 47 anni e ho sempre sofferto di una certa sensibilità ai denti. Ma quest'anno, da quando è arrivato il freddo, il dolore è davvero diventato insopportabile. Non riesco quasi a spazzolarmi i denti. Cosa posso fare per migliorare la situazione?

Risponde il dott. Domenico Monda *

Gentile signora, come ha avuto modo di constatare sulla sua pelle, la sensibilità dentale è un problema che può verificarsi tutto l'anno, ma è soprattutto l'inverno il periodo più a rischio. Il dolore è dovuto ad una superficie del dente logorata, ovvero non più ricoperta dallo smalto come invece avviene in una situazione di normalità. L'unico modo per risolvere in maniera sicura ed efficace questo fastidio è rafforzare lo smalto dentale, rendendolo impermeabile agli attacchi provenienti dall'esterno. Una soluzione innovativa è il laser: sia per desensibilizzare il dente dolorante, sia per far penetrare i fluoruri, che aiutano a rinforzare lo smalto. Ma, al di là delle soluzioni praticabili dal dentista, è importante anche usare alcune accortezze: usare spazzolini dalle setole morbide, ed evitare cibi acidi, come agrumi e yogurt, che provocano l'erosione.

**Specialista in odontoiatria e docente di implantologia*