



Sciacqui della bocca

Questa scheda informativa illustra quando usare un collutorio, i tipi più comuni di collutori e come usare un collutorio in modo efficace.

Quando usare un collutorio

Sebbene i collutori non debbano sostituire lo spazzolino da denti e il filo interdentale regolari, possono essere utili per diversi scopi a seconda dei loro ingredienti.

I collutori non penetrano nella placca, sono inefficaci sotto le gengive e non riescono a raggiungere gli spazi interdentali.

Un dentista può consigliare risciacqui orali specifici per condizioni orali specifiche. I dentisti possono anche consigliare risciacqui per coloro che non possono lavarsi i denti a causa di disabilità fisiche o motivi medici.

Alcuni collutori contengono alti livelli di alcol. Le donne incinte e i bambini non devono usare collutori alcolici. Le persone che soffrono di secchezza delle fauci dovrebbero evitare i risciacqui della bocca contenenti alcol poiché questi risciacqui possono peggiorare il problema.

Tipi di collutori

I collutori sono generalmente classificati come cosmetici o terapeutici.

Sciacqui cosmetici per la bocca

I collutori cosmetici sono prodotti commerciali da banco che aiutano a rimuovere i detriti orali prima o dopo lo spazzolamento, sopprimono temporaneamente l'alitosi, riducono i batteri nella bocca e rinfrescano la bocca con un gusto gradevole. Per lo meno, sono efficaci antisettici orali che rinfrescano la bocca e alleviano l'alitosi a breve termine.

Sciacqui orali terapeutici

Sebbene i collutori terapeutici abbiano gli stessi benefici dei collutori cosmetici, contengono anche un ingrediente attivo aggiunto che aiuta a proteggere da alcune malattie orali.

Sciacqui orali comuni

I comuni risciacqui orali includono acqua salata, clorexidina, fluoro, oli essenziali e risciacqui antibatterici.

- **Risciacquo con acqua salata:** Un leggero risciacquo della bocca con acqua salata tiepida, con mezzo cucchiaino di sale da cucina sciolto in un bicchiere di acqua tiepida, può giovare a chi soffre di ulcere, lievi irritazioni alla gola e piaghe da protesi. I collutori con acqua salata alleviano il disagio e favoriscono la guarigione. Consultare un dentista se l'area continua a essere irritata o dolente per più di una settimana.
- **Risciacquo con clorexidina:** I collutori con clorexidina riducono i batteri presenti nella bocca. L'uso a lungo termine può alterare il gusto, causare macchie marroni sui denti e aumentare la



formazione di tartaro (tartaro o squame). L'uso della clorexidina deve essere raccomandato da un dentista e utilizzato secondo le sue istruzioni.

- Sciacquo orale al fluoro: I collutori al fluoro possono essere raccomandati dai dentisti per le persone ad alto rischio di carie. L'uso di un collutorio al fluoro in combinazione con un dentifricio al fluoro può fornire una protezione aggiuntiva contro la carie. L'uso di un collutorio al fluoro non è raccomandato per i bambini di età pari o inferiore a sei anni perché potrebbero ingerire il risciacquo. I consumatori dovrebbero sempre controllare l'etichetta del produttore per le precauzioni e le raccomandazioni sull'età e consultare il proprio dentista.
- Sciacqui orali contenenti oli essenziali: L'uso di oli essenziali nei risciacqui della bocca si è dimostrato efficace nel ridurre l'alitosi.
- Sciacquo orale antibatterico: I collutori antibatterici riducono i batteri presenti nella bocca e alterano l'attività batterica della placca. Sono particolarmente utili per aiutare a controllare la gengivite e le infezioni minori della gola.

Usare un collutorio

- Spazzola e usa il filo interdentale prima di usare un collutorio.
- Misura e usa la quantità consigliata di collutorio.
- Sciacquare o agitare il liquido intorno alla bocca per il tempo consigliato sulla confezione (o come consigliato dal dentista).
- Sputa accuratamente il liquido dalla bocca.
- Per massimizzare gli effetti del collutorio, non sciacquare, mangiare, vaporizzare o fumare per trenta minuti dopo averlo usato.

Per ulteriori informazioni

- Contatta il tuo dentista
- Visita www.health.qld.gov.au/oralhealth
- Chiama 13 HEALTH (13 43 25 84) per consigli sanitari riservati 24 ore al giorno, sette giorni alla settimana
- Email oral_health@health.qld.gov.au