

## SE I DENTI SONO SENSIBILI

Molte persone, specialmente tra i 40 e i 50 anni, possono accusare un fastidio o anche un dolore quando cibi dolci o acidi oppure caldi o freddi vengono a contatto con le zone del colletto dei denti: i denti sono in pratica diventati molto sensibili, o per meglio dire, si soffre di un disturbo noto come *ipersensibilità dentinale*.

### Le cause della sensibilità

Il dente diventa sensibile quando la dentina è esposta, cioè non è più ricoperta dallo smalto o dal cemento e dalla gengiva. In questa situazione, attraverso i tubuli dentinali (piccole gallerie che percorrono la dentina), l'ambiente orale viene messo in contatto con il nervo (polpa), che è la parte sensibile del dente, provocando dolore.

I fattori che determinano l'esposizione della dentina e, di conseguenza, la sensibilità, sono molti:

- ☑ un **errato spazzolamento** dei denti insieme all'uso di **dentifrici** troppo **abrasivi** può provocare l'esposizione della dentina attraverso l'usura dello smalto (abrasione) e la retrazione del margine gengivale (recessione gengivale);
- ☑ l'assunzione frequente di **bevande o cibi acidi** (spremute di arancia o pompelmo, succhi di frutta, bibite, yogurt) può provocare lesioni dello smalto, specialmente se li si consuma freddi o prima di coricarsi;
- ☑ lo stesso effetto può essere determinato da tutti i disturbi che provocano un **reflusso acido** dallo stomaco o dal **vomito** frequente tipico dei disturbi alimentari (anoressia e bulimia) e della gravidanza.

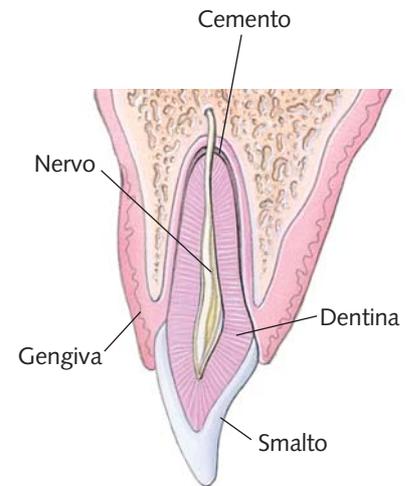
### Valutazione e trattamento

Il dentista può valutare la causa dell'ipersensibilità e proporre la cura più appropriata alle varie situazioni.

Molto spesso la cura si basa su semplici raccomandazioni che possono essere adottate facilmente a casa:

- ☑ seguire un corretto programma di igiene orale;
- ☑ utilizzare dentifrici poco abrasivi e al fluoro;
- ☑ applicare minor forza allo spazzolamento;
- ☑ limitare l'assunzione di bevande acide.

Altre volte la cura può richiedere trattamenti con sostanze desensibilizzanti ad azione topica o terapie restaurative o parodontali che verranno effettuati dal dentista.



Un dente sano in sezione. Si può notare lo smalto che ricopre la dentina



La retrazione del margine gengivale lascia scoperta la dentina e provoca sensibilità



Per scegliere il dentifricio più adatto è meglio farsi consigliare dal dentista

### NOTE