

## Nakolik je pasta Earthpaste abrazivní?

Když jsme se napevno rozhodli vytvořit naši opravdu (ale opravdu) přírodní zubní pastu Earthpaste, doslechli jsme se o novém slovním spojení: prostředek ústní hygieny (*dentifrice*). Prostředek ústní hygieny je technický, staromódní výraz pro jakoukoliv pastu nebo prášek užívaný k čištění zubů. Jinými slovy se jedná o zubní pastu. Bývá používána k čištění zubů společně se zubním kartáčkem. Lidé si mylně myslí, že napomáhá hygieně ústní dutiny tím, že odstraňuje zubní plak, zubní kámen a kousky jídla ze zubů (a jazyka). Tuto funkci činí - mechanicky - kartáček. Může také potlačit, omezit nebo zakrýt zápach z úst.

Každá zubní pasta, ať už ji nazýváte prostředek ústní hygieny, Earthpaste nebo zářivě modrý gel, prochází standardními testy, které určí, nakolik je abrazivní (brusná). Zvýšená citlivost zubů bývá způsobována mnoha faktory. Jeden z typů zvýšené citlivosti (abfraction) může být způsobován právě abrazivní zubní pastou. Některé pasty s bělícím účinkem a pro odstraňování zubního kamene mohou obsahovat i velmi silná abraziva. Je k dispozici test, označovaný zkratkou RDA (Relative Dentin Abrasivity), který mnoho výrobců zubních past bohužel neuvádí. Toto hodnocení určuje, jak abrazivní je pasta na dentin – horní vrstvu těla zubů. Pokud není tento činitel uváděn, pak zákazník ani zubař nemohou vědět, zda případný obrus zubu nebyl způsoben právě používanou pastou.

Testy vypadají více méně následovně: člověk s gumovými rukavicemi a ochrannými brýlemi vezme lidský zub, z něhož byla odstraněna zubní sklovina. Každopádně poté, co se do laboratoře doručí zuby a v laboratoři z nich vědci odstraní zubní sklovinu, vystaví zub mírnému neutronovému ozáření a poté jej začnou čistit speciálním zubním kartáčkem. Zbývá voda obsahuje radiaci získanou z onoho nešťastného zubu, která se změří, čímž se zjistí hodnota nazývaná relativní dentinová abrazivita neboli index RDA. (Někdy nazývaná radioaktivní dentinová abrazivní hodnota.) V podstatě se při těchto testech měří, kolik ozářeného dentinu (zuboviny) se dostane do vody poté, co je na zub aplikováno několik druhů zubní pasty.

Účast v tomto programu je dobrovolná a **někteří odborníci poukázali na to, že znát index RDA je téměř zbytečné, pokud zároveň nezměříme účinek pasty na zubní sklovinu.** To dává smysl, jelikož při čištění zubů máme všichni na našich zubech zubní sklovinu, nicméně i tak se index RDA stal standardním ukazatelem. Americká zubní asociace (American Dental Association) doporučuje prostředky zubní hygieny s maximální RDA hodnotou 250, ovšem dosud jsme se nikdy nesetkali s pastou blížící se takto vysoké hodnotě. Podle našich znalostí je prostředek s tou nejvyšší hodnotou pasta Colgate se super ultra bělícími účinky, která má RDA index 200. (Obyčejná jedlá soda má RDA hodnotu 7.)

Podle testů z nezávislé laboratoře má pasta Earthpaste RDA hodnotu 130, o čemž daná laboratoř prohlásila, že „se jedná o prostředek ústní hygieny typický pro dnešní trh a jednoznačně se nachází v rámci přijímaných norem.“

Některé společnosti využívají index RDA v rámci propagace svých produktů, což jim zřejmě nemůžeme zazlívat. **Možná jste slyšeli, že nižší hodnoty RDA jsou pro vaše zuby lepší, ale pokud stále máte zubní sklovinu, která ochraňuje zubovinu, nemusíte se příliš strachovat.** Výzkum z roku 2004 odhalil, že prostředky ústní hygieny s nízkým (kyselým) pH způsobovaly „zvýšenou abrazi zubní skloviny, která byla vyšší, než jakou lze od prostředku s danou hodnotou RDA očekávat“.

**Jinými slovy, pokud se obáváte, že abrazivní zubní pasta by mohla poškodit vaši zubní sklovinu, bylo by dobré najít pastu s vysokým pH.**

**A zmínili jsme, že pasta Earthpaste má pH kolem 9,7? Neměli bychom se moc chlubit – vždyť také jen spoléháme na přírodu a její schopnosti – ale to je přeci jen velmi vysoká hodnota!**