

KAS SA TEAD?

(õiged vastused on alla joonitud)

1. Suus elavate bakterite arv on kõige lähedasem rahvaarvule:

1. Tallinnas
2. Ameerikas
3. Eestis
4. kogu maakeral

Inimese suus elab miljardeid baktereid. Kui sa regulaarselt ei harja oma hambaid, siis võib seal olla rohkem baktereid kui elab täna inimesi kogu maailmas. Teadlased on kindlaks teinud, et suus elab rohkem kui 700 erinevat liiki baktereid kes paljunevad ülikiiresti.

2. Kas koera suus on vähem baktereid kui inimese suus? jah / ei

Ei ole alust järeldada, et koera suu on "puhtam" või "mustem" kui inimese. Nii inimeste kui ka koerte suus elab enam vähem võrdne arv baktereid, kuid nende kooslus on teistsugune võrreldes inimesega. Kasside ja koerte suus elab rohkem kui 100 erinevat bakterit, mis võivad põhjustada inimesel erinevaid haigusi.

3. Kui maha pillatud toidupala tõstad üles 5 sekundi jooksul, kas siis ei jää sinna külge baktereid? Õige /vale

Kuigi see on tõsi, et mida kauem toit põrandal/maas on, seda rohkem mikroobe see kogub on siiski vale arvata, et 5 sekundi jooksul üles tõstetult ei oleks selle küljes juba baktereid. Olulisem on see, millises keskkonnas toit maha kukkus.

4. Kui oled unustanud külla minnes maha oma hambaharja kas võid siis kasutada kellegi teise oma? Jah / Ei

Teise inimese hambarja kasutades jagatakse ka suubaktereid ning suureneb risk hambahaiguste tekkeks.

5. Milliste esemete kaudu järgnevas loetelus võivad inimeste vahel kanduda edasi suubakterid?

1. Huulepulk
2. Joogiklaasid
3. Muusikainstrumendid
4. Kõigi nimetatute kaudu

Uuringud on näidanud, et bakterid kanduvad edasi nii nimetatud kui ka paljude muude esemetega. Kauplustes ei ole mõistlik kasutada näiteks kõigile kasutada olevat huulepulgaga testrit, sest nende kaudu levivad ka eelneva proovija suubakterid. Samuti ära jaga teistega ega laena teistelt selliseid isiklikke esemeid, mille kaudu võid saada tervist kahjustava nakkuse.

6. Miks peab hambaharja vahetama iga 3-4 kuu järel?

1. Harjased kuluvad ja ei puhasta enam hästi
2. Harjastele on kogunenud liiga palju baktereid
3. Uue hambaharjaga on huvitavam pesta

Hambaharja soovitatakse vahetada iga kolme kuni nelja kuu järel, kuna selle ajaga kuluvad harjased ning hari ei puhasta enam hästi kattu hamba pindadelt.

7. Kas kõik suubakterid on ohtlikud sinu hammastele? jah / ei

Suubakterite hulgas leidub ka selliseid, kes on hädavajalikud, et hoida meie suutervist. Nad toodavad aineid - ensüüme, mis tapavad halbasid baktereid. Tervete hammaste ja suutervise säilitamiseks ongi oluline toitumise ja suuhügieeniga kasvatada endale suhu suurem hulk häid baktereid.