

Syreskader

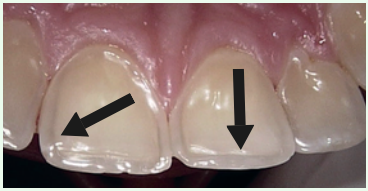
- når tændernes emalje ætses væk

Pjecen har modtaget økonomisk støtte til tryk og distribution fra Colgate

Syreskader hos en kvinde først i 20'erne, der har haft et stort indtag af syreholdige drikke



Pilen peger på en tynd, gennemsigtig kant på fortænderne, hvor tandemaljen er ætset væk.



Syreskaderne set på bagsiden af fortænderne. Pilene peger på de gennemsigtige kanter, hvor tandemaljen er ætset væk.

Syreskadet kindtand. Den gullige farve fra tandbenet er tydelig, fordi tandemaljen er ætset væk.



Hvad er en syreskade?

Syreskader – også kaldet erosioner – opstår, når tændernes over- flade (tandemaljen) udsættes for syre og ætses væk. Det sker ved indtag af mad og drikkevarer, der er søde eller syrlige.

Tændernes emalje er det hårdeste væv i kroppen og afgørende for tændernes holdbarhed. Uden emalje svækkes tænderne, slides i stykker og bliver følsomme over for kulde og varme.

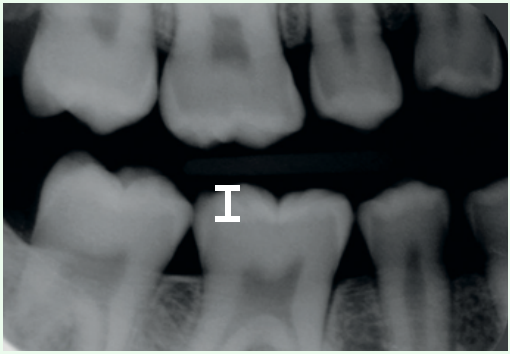
Når tænderne udsættes for syre, sker der en opløsning af den kalk, som tandemaljen er lavet af. Hvor meget tænderne opløses afhænger både af hvor ofte og i hvor lang tid ad gangen, det søde og det syrlige er i munden.

Det er vigtigt at huske, at selvom tænderne børstes grundigt hver dag, kan daglig påvirkning fra mad og drikke give syreskader på tandemaljen.

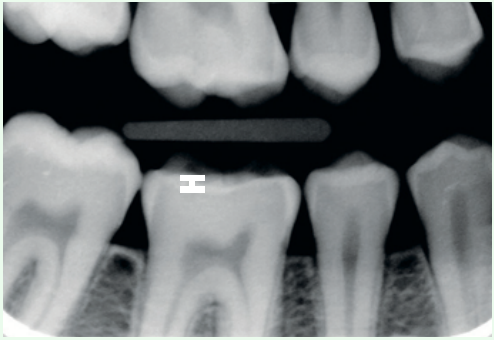
Hvis tandemaljen er ætset væk, kan den ikke gendannes, og man står tilbage med et ødelagt tandsæt.

Sund tand
Røntgenbilledet viser en sund tand, hvor tandemaljen har normal tykkelse.

Den hvide markering viser tykkelsen på emaljen rundt om tanden. Emaljen er på ca. 1-1½ mm.



Syreskadet tand
På røntgenbilledet ses en tand, hvor tandemaljen næsten er ætset helt væk. Emaljen er kun på ca. 0,5 mm.



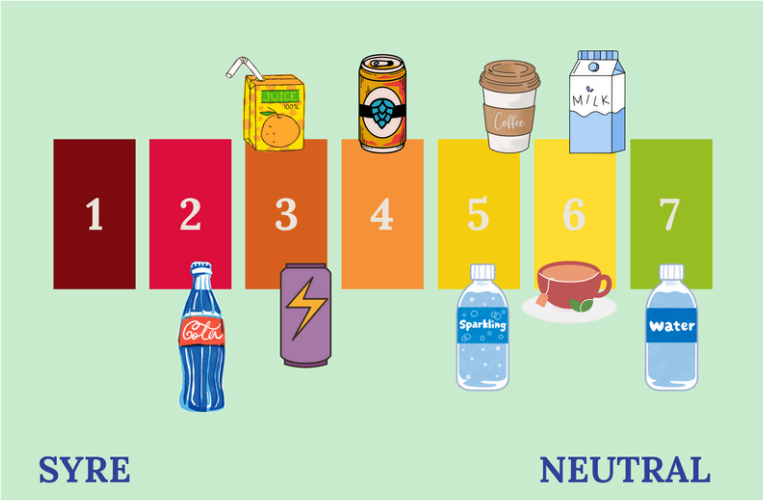
Symptomer og tegn på syreskader

De første symptomer på syreskader kan føles som isninger i tænderne, når man spiser eller drikker noget koldt, varmt, surt eller sødt.

Ved syreskader ændrer tænderne udseende og bliver mindre.

Hvis tandemaljen ætses, får tanden en gullig farve, fordi den gule farve fra tandbenet nu kan ses gennem det tynde lag af emalje (se side 2).

Drikkevarers pH-værdi



Drikkevarer med en pH-værdi over 5,5 ætser ikke.

Årsager til syreskader?

Der kan være forskellige årsager til syreskader, men ofte er de et resultat af en bestemt vane eller livsstil. Tænderne påvirkes af det, vi spiser og drikker.

Eksempelvis indeholder læskedrikke som sodavand, energidrikke, juice og frugtsaft meget syre, selvom de smager sødt, og har derved en lav pH-værdi.

Light-produkter kan også have en lav pH-værdi, der kan give varige syreskader.Syreskader kan også opstå, hvis man har sure opstød eller hyppig opkastning, hvor mavesyren med lav pH-værdi skader tænderne.

Mangel på spyt kan give syreskader. En af spyttets egenskaber er, at det skyller tænderne rene. Flere typer af medicin kan give mangel på spyt.

VIDSTE DU?: Det tager 30 til 60 minutter at få mundens neutrale pH-værdi tilbage efter indtag af mad og drikke. En sodavand med skruelåg gør det muligt at drikke små slurke over lang tid. Det er skadeligt for tandemaljen, fordi spyttet ikke når at genoprette mundens pH-værdi mellem hver slurk.



Nyd livet uden isninger



Colgate® SENSITIVE INSTANT Relief tandpasta giver øjeblikkelig lindring af isninger i tænderne.

Brugsanvisning



• **Øjeblikkelig lindring** opnås ved at smøre tandpastaen direkte på det følsomme område og massere stedet blidt med en fingerspids i 1 minut



• **Langvarig lindring** opnås ved at børste tænderne med en blød børste 2 gange om dagen

Behandling af syreskader

Når tændernes emalje er ætset væk, kan den ikke gendannes.

Hvis syreskaderne opdages tidligt, kan en ændring af vaner og livs- stil forebygge, at skaderne udvikler sig.

Isninger i tænderne kan forekomme, når emaljen er tynd. Det er især, når man spiser eller drikker noget koldt, varmt, surt eller sødt, at det jager i de tænder, hvor tandemaljen er ætset væk. Du kan også bruge en tandpasta, som er udviklet til at lindre og forebygge isninger.

Hvis tænderne er meget beskadigede, kan det være nødvendigt at sætte plastfyldninger på tænderne.

Din tandplejer kan vejlede dig om, hvad der er bedst for dig at gøre, hvis du har isninger i tænderne.



Sådan passer du på dine tænder

- Sluk tørsten med vand.
- Skyl munden med vand, hvis du har drukket læskedrikke.
- Hav læskedrikken i munden i så kort tid som muligt.
- Undgå mange små slurke. Drik store slurke.
- Vent ½ til 1 time med at børste tænder efter, at du har drukket læskedrikke. Tandemaljen er blød efter indtag af læskedrikke og kan tage skade ved tandbørstning.

Brug altid en blød tandbørste, når du børster dine tænder, så du ikke slider på tændernes overflade.
Brug en tandpasta med fluorid.

Find flere gode råd på tænderne.dk
– og spørg din tandplejer



tænderne.dk

Danske Tandplejere
Rosenborggade 1A
1130 København K
8230 3540
info@dansktp.dk
dansketandplejere.dk

Tryk og distribution
i samarbejde med

Februar 2025