

紅茶 有助防蛀牙、牙周病

每天以紅茶漱口——到十次較不會有齒菌斑

【法新社芝加哥電】日本科學家已經宣稱喝綠茶有助於對抗蛀牙，如今一項新出爐的醫學研究顯示，對於其他的日常牙齒護理方法，紅茶可能扮演一個同樣價值的角色。

芝加哥伊利諾大學的研究人員進行的研究顯示，普遍性僅次於水的飲料紅茶可能有助於對抗蛀牙以及避免齒菌斑引起的牙齦疾病。

伊利諾大學牙科的牙齦疾

病專家克莉斯汀·吳（譯音）說：「倘若在飲食和正常的口腔衛生之間適當地飲用紅茶，有助於減少蛀牙數目，以及防範牙周病。」

在佛羅里達州奧蘭多美國微生物學會提出的報告中，克莉斯汀·吳和她的同僚指出，在自願接受這項研究者中，每天以紅茶漱口一至十次的人比較不會有齒菌斑。

他們也發現重複以紅茶漱口可避免細菌在口腔中形成

齒菌斑，以及遏制細菌與糖和食物殘渣混合產生一種侵蝕牙齒琺瑯質的酸性物質。

但克莉斯汀·吳強

調喝紅茶不能取代使用牙線和刷牙。她說：

「去除牙斑的不二法門是固定使用牙線和刷牙，漱口只是維持良好口腔衛生的輔助之道。」

DB20010010

e)