

保護牙齒 慎選牙膏

篇名

保護牙齒 慎選牙膏

作者

呂文。台中市私立宜寧高級中學。高中部三年十班

盧旻萱。台中市私立宜寧高級中學。高中部三年十班

壹●前言

刷牙是我們每天都必須做的事情，牙刷、牙膏對我們牙齒的健康也是非常重要的。往往在牙膏、牙刷上面的選擇，會嚴重影響我們牙齒的健康。好的牙刷、牙膏會讓我們的牙齒不容易蛀牙，壞的牙刷、牙膏不僅不能起保護我們牙齒的作用，還會嚴重傷害我們的牙齒。而現在市面上有很多種牙膏的品牌，許多廠家都打著對牙齒非常健康的稱號，但到底哪一種才是對我們牙齒最好的呢？其實我們都分不太清楚，因為大部分的人都不了解牙膏裡所含的成份中真正的功用，所以下面我就以幾種知名牙膏的品牌來加以分析，看看哪幾種品牌是真正對我們有益處的。

貳●正文

一、幾種牙膏的品牌介紹和大部分牙膏的成分

01. 牙膏的品牌

A. 德恩奈牙膏是在 1986 年獲美國 Day and Night 公司授權的台灣德恩奈國際股份有限公司，自創立以來都一直被稱作世界性口腔衛生保健專家。這個品牌的牙膏最近也獲得了許多好評，根據網上調查，得恩奈是許多人用過最舒服、清爽的牙膏。

B. 高露潔在 1873 年推出世界上第一支牙膏。高露潔是所有牙膏中歷史最久，最具消費者信賴的牌子。它聞名全世界，大家對它的評價大都是好的。但近年來，有消息傳出高露潔牙膏中含有三氯沙，這種東西長期使用會致癌。所以，這個著名大品牌就被質疑，到底用了對我們的牙齒好不好呢？我們該不該再信任呢？這真是一個大問題。

C. 黑人牙膏是嚴氏四兄弟的好來藥物公司販賣的，它是一家由中國人所創造的牙膏品牌。黑人牙膏運用了獨特的辛辣口感，帶來口齒的清新。也是這個原因，讓許多人都十分信賴這個老上海品牌，讓它的銷售一直保持在三分之二以上。

D. 白人牙膏是台灣嘉聯實業製造，於 1988 年創立於嘉義。它是全國唯一的雙氟雙鈣牙膏、且與德國植物菁華公司跨國合力研發的機能性天然牙膏及蜂膠特效牙膏，還有含木糖醇加氟、攜帶方便的隨身型漱口水。

02. 牙膏的成分

保護牙齒 慎選牙膏

牙膏的成分包含研磨劑、水份、發泡劑、肥皂或清潔劑中去污的成份、香料（使牙膏具有香味）、具治療效果的成份如氟及焦磷酸鹽、呈色劑（使牙膏具有顏色）、保存劑等。其中研磨劑與肥皂的成分可去污；肥皂、發泡劑的成分可去霧；而研磨劑的成分還可去蠟，至於香料的成分則可在清潔後產生香味。

A. 摩擦劑：摩擦劑在牙膏中的含量最多（25～60%），用以加強牙膏的磨擦能力而達到去汙及磨光牙面之功效。摩擦劑要有一定的摩擦作用，但又不損傷牙面及牙周組織，在藥物牙膏中，還應嚴防不與牙膏中的藥物產生作用。常用的磨擦劑，如精細的碳酸鈣、偏磷酸鈉等。在加氟牙膏中，碳酸鈣能游離出少量鈣離子，易與氟離子結合形成氟化鈣沉澱而使氟失去活性，影響氟化物牙膏性能。因此在加氟牙膏中，多用不與氟離子發生反應的不溶性偏磷酸鈉作為摩擦劑。

B. 潔淨劑：潔淨劑又稱表面活性劑，具有降低表面張力的作用，能空透並鬆懈牙面沉積物和乳化牙垢，有得於加強刷牙的潔淨的機械去汙力，它在牙膏中的含量為2%。此外，表面活性劑在刷牙時產生泡沫，便於清潔牙面。最早使用的潔淨劑是肥皂，其最大的缺陷是具有刺激性，現在常用的是十二醇硫酸鈉、脂肪硫酸鈉等。這類潔淨劑除了有較好的潔淨作用外，還有滅菌作用，並且與摩擦劑有較好的相容性。

C. 潤濕劑：潤濕劑用於保持牙膏的濕潤性，常用的有甘油、山梨醇和丙烷二醇等到。它占的成分為20%～40%。

D. 膠粘劑：膠粘劑的作用是穩定膏體和避免水分揮發的膠體，通過擴散、膨脹和吸水而開成粘性液體，使牙膏的固體和液體保持均質性。目前常用的膠粘劑是羧甲基纖維素鈉，鎂鋁矽酸鹽複合膠體等。

E. 芳香劑：芳香劑即各種香精，加入牙膏中可使刷牙者感到爽口舒適，並有助於減少口臭。它在牙膏的佔用比例大約為2%。同時水則佔用15%-50%。

F. 其他：為了防止牙膏變質，保持膏體性能穩定，需在牙膏中加入適量的防腐劑和穩定劑。此外亦加入適量的甜味劑，可讓刷牙者口感舒適，易於接受。為了加強牙膏對齲病及牙周病的預防作用，還可在牙膏中加入適量氟化物或其他藥物。
(註一)

二、牙膏作用

01. 增加刷牙的去汙作用：在刷牙時加上牙膏，牙面的汙物則容易洗刷，因為牙膏中含有摩擦劑可增強摩擦力量，而潔淨劑本身則具有較好的潔淨功用，所以也

保護牙齒 慎選牙膏

就增強了刷牙的機械去汙作用。

02. 幫助消除口臭：牙膏即有助於去汙，又含有芳香劑，自然也就可以幫助消除部分口臭。

03. 提高刷牙的興趣：牙膏中含有一種令人感覺舒適愉快的芳香物質，和甘甜物質，有助於提高人們刷牙的興趣。

04. 具有抑菌、滅菌能力：牙膏中所含潔淨劑有一定滅菌作用，而藥物牙膏中加入的某些藥物通常也具有滅菌、抑菌的作用。

05. 美觀作用：通過牙膏的清潔、拋光作用，可以保持牙面清潔、美觀。(註一)、(註二)

參●結論

根據上面的資料，可以清楚的讓我們知道幾種知名牙膏的品牌和牙膏的成分還有牙膏的作用。有利幫助我們正確的挑擇對自己牙齒有利的牙膏，讓我們可以擁有健康的牙齒。總之，選擇好的牙膏，對我們牙齒保健非常重要，因此我們一定要謹慎挑選，才能讓我們擁有一副健康的牙齒和清新的口腔。

肆●引註資料

註一、牙齒的成分和作用

http://www.gctaiwan.com.tw/fat/index_list_9.htm

註二、牙齒的成分和作用

http://www.zbkqw.com/page/knowledge_disp.asp?id=21