**Стоматолог предупредил об опасности жвачек**

Стоматолог Прокопенко: жвачки могут плохо влиять на желудок.

Жевательные резинки помогают бороться с кариесом и позитивно влияют на пищеварение, но могут быть опасны в ряде случаев, предупредил в разговоре стоматолог Константин Прокапенко. В частности, он указал на риск перегрузки жевательных мышц и суставов. «Нужно соблюдать правила использования жвачки. Постоянное жевание перегружает жевательные мышцы и суставы, что может привести к гипертонусу и повышенной стираемости зубов. Кроме того, жевание жвачки на голодный желудок может вызвать избыточное слюноотделение и выработку желудочного сока, что плохо влияет на желудок», — предупредил врач. Прокапенко призвал не слишком увлекаться жевательными резинками, контролировать время их жевания, а также избегать повторного использования. «Некоторые люди имеют привычку жевать одну жвачку на протяжении недели или хранить ее за ухом. Это приводит к обсеменению полости рта микроорганизмами. Также лучше выбирать жвачку без сахара», — добавил стоматолог. Не занимайтесь самолечением. При первых признаках заболевания обращайтесь к врачу - стоматологу.