

Aftojen ehkäisyyn Kuivalle ja herkälle suulle

Ei natriumlauryylisulfaattia • Korkea ksylitolipitoisuus



Apteq Care Hammastahna
Apteq Sensitive Hammastahna
vihloville hampaille

APTEQ

PAREMPAA APTEEKISTA

Yhteenveto

Apteq Care ja Sensitive Hammastahnat

- Aftojen ja hammaseroosion ehkäisyyn sekä kuivalle ja herkälle suulle
- Hellävarainen ja raikas, korkea ksylitolipitoisuus
- Kehitetty kuiva- ja herkkäsuuisille ja sopivat erityisen hyvin aftojen ehkäisyyn
- Suuri ksylitolipitoisuus estää kariesta aiheuttavien mutans streptokokki-bakteerien toimintaa, lisää syljen eritystä ja estää syljen pH:n laskua
- Ehkäisee aftojen syntymistä ja kosteuttaa suuta
- Sisältää limakalvoja hoitavaa betaiinia ja oliivinlehtiutetta
- Ei sisällä natriumlauryylisulfaattia, eikä muita limakalvoja allergisoivia tai ärsyttäviä ainesosia
- Korkea ksylitolipitoisuus estää tehokkaasti kariesta
- Sisältää fluoria 1450 ppm
- Hankausarvo RDA ~50 – tehokas puhdistus kiillettä vaurioittamatta
- Vaahtoa ainutlaatuisen koostumuksensa ansiosta ilman natriumlauryylisulfaattia
- Uutta: Apteq Sensitive Hammastahna nyt myös vihloville hampaille
- Hellävarainen ja tehokas vihlonnan ehkäisy arginiini-kalsium systeemillä

Tuoteominaisuudet

Vaahtoa ilman natriumlauryylisulfaattia

Natriumlauryylisulfaattia käytetään edelleen laajalti hammastahnojen vaahtoavana ainesosana, vaikka sen tiedetään ärsyttävän suun limakalvoja. Käytännössä kaikkien erityisryhmien (aftaherkät, kuiva suu, suun punajakälä, diabetes) suun hoitosuosituksissa kehoitetaan välttämään natriumlauryylisulfaattia. Kuluttajilta saamamme palautteen perusteella kynnys vaihtaa täysin vaahtoamattomaan tahnaan on kuitenkin melko korkea.

Apteq hammastahnojen koostumuksen peruskivi on raikas ja hellävarainen vaahto ilman natriumlauryylisulfaattia tai muita limakalvoja ärsyttäviä detergentejä. Miten ja minkä ainesosien vaikutuksesta vaahto syntyy, on Fennogate Finland Oy:n tarkoin varjeltu liikesalaisuus.

Maku, väri ja koostumus

Kuiva- ja herkkäsuisten suosittelaaan välttämään väkeviä makuaineita, kuitenkin täysin mauton tahna ei saamamme runsaan palautteen perusteella jätä suuhun puhtauden tunnetta. Väritöntä ja juoksevaa tahnaa on vaikea annostella ja käyttää.

Apteq hammastahnat maistuvat hyvälle ja mieto mintun maku jättää raikkaan tunteen suuhun harjauksen jälkeen limakalvoja ärsyttämättä. Jämäkkä valumaton koostumus ja valkoinen väri helpottavat annostelua ja käyttöä.



Apteq hammastahnojen koostumuksen peruskivi on raikas ja hellävarainen vaahto ilman natriumlauryylisulfaattia.

Korkea ksylitolipitoisuus ja fluori 1450 ppm

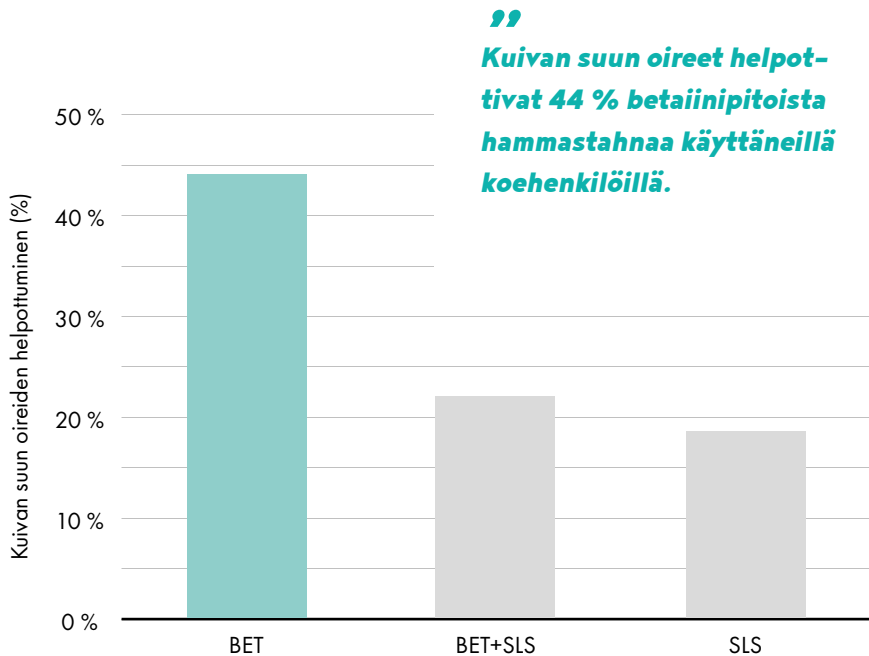
Apteq Care Hammastahna on markkinoiden ensimmäinen korkean ksylitolipitoisuuden hammastahna. Sen ksylitolipitoisuus on peräti 25 %. Myös Apteq Sensitive Hammastahna sisältää 10 % ksylitolia. Ksylitolia suosittelaaan käytettäväksi yhteensä vähintään 5 grammaa päivässä.¹ Osa päivittäisestä ksylitolista saadaan helposti ja turvallisesti hammastahnasta. Ksylitolin tiedetään:

- Ehkäisevän reikiintymistä hillitsemällä kariesbakteerien (mutans-streptokokki) kasvua. Bakteerit eivät pysty käyttämään ksylitolia energian lähteenään, joten ne eivät pysty lisääntymään suussa²
- Korjaavan jo alkaneita kiilleaurioita³
- Vähentävän plakin määrää sekä sen tarttuvuutta hampaan pintaan³
- Vähentävän merkittävästi reikiintymistä aiheuttavien mutans-streptokokkien tarttumista äidiltä lapselle³
- Vähentävän äkillisen välikorvatulehduksen ilmaantumista^{3,4}
- Hidastavan suussa esiintyvän Candida albicans hiivan kasvua (vaatii vähintään 20 % ksylitolipitoisuuden)⁵
- Helpottavan merkittävästi vaikeasta suun kuivuudesta kärsivien henkilöiden ongelmia³
- Estävän syljen pH:n laskua⁶

Fluori on nykyaikaisen suunhoidon kulmakivi. Fluori vähentää kiilteen mineraalien liukenemistä, ehkäisee plakin bakteerien hapontuottoa ja edistää kiilteen kovettumista. Hammastahnassa fluoripitoisuuden tulee olla 1450 ppm (0,145 %), jotta fluori pystyy ehkäisemään reikiintymistä.⁶

Betaiini ja oliivinlehtiute

Betaiini on sokerijuurikkaan tuottama orgaaninen yhdiste, joka erotetaan ja puhdistetaan sokeriteollisuuden sivutuotteena. Betaiini on osmoprotektantti, joka suojaa suun limakalvon soluja haitallisilta muutoksilta. Betaiini hoitaa ja rauhoittaa ärtyneitä limakalvoja esim. detergentti- tai kemikaaliärsytyksen jäljiltä. Betaiini helpottaa myös merkittävästi kuivan suun oireita. Kuvan 1 tutkimuksessa kuivan suun oireet helpottivat 44 % betaiinipitoista hammastahnaa käyttäneillä koehenkilöillä, kun vastaavat luvut olivat 22 % ja 18,5 % betaiini- sekä natriumlauryylisulfaattipitoista ja pelkkää natriumlauryylisulfaattipitoista tahnaa käyttäneillä koehenkilöillä.⁷



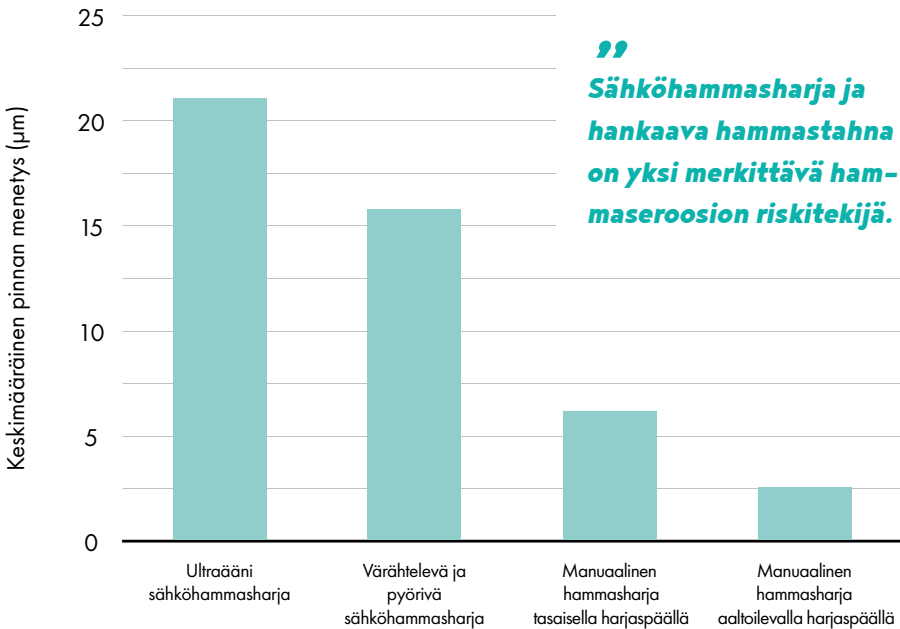
Kuva 1. Kuivan suun oireiden helpottuminen betaiinia (BET), betaiinia ja natriumlauryylisulfaattia (BET+SLS) tai natriumlauryylisulfaattia (SLS) sisältävän hammastahnan käyttäjillä.⁷

Oliivinlehtiute on peräisin oliivipuun lehdistä. Oliivinlehtiute kosteuttaa suun limakalvoja. Lisäksi sillä on antimikrobisia ja antiseptisiä ominaisuuksia. Oliivinlehtiute voi myös vähentää pahanhajuisen hengitykseen liittyviä rikkiyhdisteitä.⁶

Matala hankausarvo ~50

Hammastahnoihin lisätään tarkoituksella myös lievästi hankaavia aineita. Tyypillisin on kalsiumkarbonaatti, jonka lisäksi hankaavina ainesosina käytetään mm. piidioksidia, magnesiumkarbonaattia ja fosfaattisuoloja. Hammastahnan hankaavuus testataan ja ilmoitetaan RDA-lukuna (relative dentin abrasivity). Korkein RDA-luku hammastahnassa saa olla 250, ja suositus on alle 100. Hankaavuusluku 0–70 tarkoittaa lievästi hankaavaa, 70–100 keskinkertaisesti ja 100–150 voimakkaasti hankaavaa hammastahnaa, mutta jo yli 100 hankausarvo merkitsee liian hankaavaa tahnaa. Haitallisesti hankaavat ovat RDA-arvoltaan 150–250. Valitettavasti hankausarvo on harvoin näkyvissä tuoteselosteissa.⁶ Nykyaikaiset nopeat ja tehokkaat sähköhammasharjat lisäävät tahnan hankaavuutta. Hankausarvon suhteen riskiryhmässä ovat erityisesti: lapset ja nuoret (vastapuhjenneiden hampaiden pehmeä kiille) ja hammaseroosiosta kärsivät.

Kuvassa 2 on mallinnettu keskimääräinen hampaan pinnan menetys erilaisilla hammasharjoilla, hankaavalla (RDA 150) hammastahnalla, 2 N hankausvoimalla ja 8,5 vuoden ajalta. Tämän perusteella voidaan todeta, että sähköhammasharja ja hankaava hammas-tahna on yksi merkittävä hammaseroosion riskitekijä.⁸



Kuva 2. Keskimääräinen pinnan menetys erilaisilla hammasharjoilla (hammastahna RDA 150, 2N voima ja 8,5 vuotta).⁸

Hammaseeroosiota koskeneessa väitöstutkimuksessa havaittiin, että lähes puolella siihen osallistuneista 44-46-vuotiaista havaittiin niin voimakasta hampaiden eroosiivista kulumista, että ainakin enempää kulumista ennaltaehkäisevät toimet olisivat olleet tarpeen.⁹ Eroosioaurioiden esiintyvyydestä suomalaisilla lapsilla ja nuorilla ei toistaiseksi ole tutkimuksiin perustuvaa täsmällistä tietoa, mutta ilmiö on valitettavan tuttu lapsia ja nuoria hoitavien hammaslääkärien vastaanotoilla. Hammaseeroosiolle altistavia tekijöitä on mm. happamien juomien (esim. virvoitus- ja energiajuomat) lisääntynyt käyttö ja refluksitauti.¹⁰

Apteq hammastahnojen hankausarvo on ~50. Se on säädetty näin matalaksi lisäämällä turvallista ja haitatonta piidioksidia. Hankausarvo ilmoitetaan selkeästi sekä ulko- että sisäpakkauksessa. Apteq hammastahnojen matala hankausarvo ~50 varmistaa tehokkaan puhdistuksen kiilleltä vaurioittamatta ja näin ollen se sopii myös:

- Käytettäväksi tehokkaiden sähköhämasharjojen kanssa
- Lasten ja nuorten vastapuhjenneille hampaille ja pehmeälle kiillelle
- Hammaseeroosiosta kärsiville

Arginiini-kalsium vihlonnan ehkäisyssä

Vihlontaa estävien tahnojen vaikutuksena on estää nesteessä tapahtuvat muutokset, jolloin vihlonta vähenee. Esim. yleisesti käytetty kaliumnitraatti muuttaa dentiinikanavassa olevan nesteen varausta ja estää hampaiden vihlonnan. Vaikutus saavutetaan muutaman viikon kuluessa.¹¹ Kaliumnitraatti saattaa aiheuttaa iho ja limakalvoärsytystä ja kulkeutuessaan vesistöihin se on myös myrkyllistä vesieliölle.¹²

Arginiini on luontainen elimistössä ja ravinnossa esiintyvä aminohappo, joka kalsiumin kanssa muodostaa liukenemattoman yhdisteen, joka sulkee luukanavat.¹¹ Arginiinia ja kalsiumia sisältävä hammastahna vähensi neljän viikon kliinisessä tutkimuksessa vihlontaa merkittävästi tehokkaammin kuin kaliumnitriittiä sisältävä hammastahna.¹³ Toisessa kliinisessä tutkimuksessa, arginiini-kalsiumsystemi vähensi vihlontaa merkittävästi tehokkaimmin myös välittömästi ja kolmen päivän käytön jälkeen.¹⁴

Apteq Sensitive Hammastahna on kehitetty vihlonnan ehkäisyyn ja se sopii myös kuiva- ja herkkäsuusille. Apteq Sensitive Hammastahna sisältää arginiinia ja kalsiumia, ksylitolia, betaiinia, oliivinlehtiutetta ja se ei sisällä natriumlauryylisulfaattia.



Arginiini-kalsium on tutkitusti tehokkain sekä välittömässä että pitkäkestoisessa vihlonnan ehkäisyssä.



Erityisryhmät

Aftaherkkyys

Aftoja esiintyy jopa puolella väestöstä jossain elämän vaiheessa. Aftojen syy on tunnetun. Aftojen ilmaantumiseen liittyy perinnöllinen taipumus. Aftat ilmaantuvat tavallisimmin ensimmäisen kerran lapsuudessa ja nuoruudessa 10–19 ikävuoden tienoilla, ja esiintyvyys laskee iän myötä.

Laukaisevia tekijöitä voivat olla stressi, tupakoinnin lopettaminen, tietyt ruoka-aineet, natriumlauryylisulfaattia sisältävät hammastahnat tai hormonaaliset muutokset esimerkiksi kuukautiskierron lopussa. Aftoja voi esiintyä raudan, foolihapon ja B12-vitamiinin puutoksessa sekä joissakin sairauksissa, kuten keliakiassa ja tulehduksellisissa suolistosairauksissa. Aftat eivät tartu.

Suunteloon voi tulla haavaumia myös mekaanisen hankauksen seurauksena (proteesit, limakalvon pureminen), kuuman ruoan tai juoman aiheuttamana tai jonkin lääkeaineen käytön seurauksena.¹⁵

Vuonna 2019 julkaistussa systemaattisessa kirjallisuuskatsauksessa selvitettiin natriumlauryylisulfaatin vaikutusta aftoihin. Tässä aineistossa niillä potilailla, jotka käyttivät natriumlauryylisulfaattia sisältämättömää hammastahnaa, kaikki aftaoireet helpottuivat tutkimusten aikana tilastollisesti merkitsevästi enemmän verrattuna natriumlauryylisulfaattia sisältävää tahnaa käyttäneisiin potilaisiin.

Tutkitut aftaoireet olivat:

- Haavaumien määrä
- Haavaumien kesto
- Uusien haavaumien syntymistiheys
- Haavaumien kivuliaisuus¹⁶

”

Aftaherkälle henkilölle tulisi aina suositella hammastahnaa, joka ei sisällä natriumlauryylisulfaattia.

Kaikkien terveydenhuollon ammattilaisten tulisi kysyä ja varmistaa aftaherkiltä henkilöiltä tietävätkö he aftojen ja hammastahnojen sisältämän natriumlauryylisulfaatin välisen yhteyden. Aftaherkälle henkilölle tulisi aina suositella hammastahnaa, joka ei sisällä natriumlauryylisulfaattia.¹⁶

Kuiva suu

Kuiva suu on erittäin tavallinen vaiva ikäihmisillä, mutta se voi liittyä myös useisiin lääkkeisiin ja sairauksiin. Kuiva suu voi tuntua tahmaiselta, puhuminen ja kuivan ruoan nieleminen voi vaikeutua, ja irtoproteesin pito voi muuttua hankalaksi. Muita kuivan suun oireita voivat olla yöllinen herääminen suun kuivuuteen, palan tunne kurkussa, arka ja kirvelevä suu, suun limakalvon hiivatulehdus, pahanhajuinen hengitys, ientulehdus, hampaiden reikiintyminen.

Esim. näissä sairauksissa esiintyy suun kuivumista:

- Reumasairaudet, erityisesti Sjögrenin oireyhtymä, myös nivelreuma ja fibromyalgia
- Diabetes
- Parkinsonin tauti
- Anoreksia ja nopea laihduttaminen
- Sylkirauhassairaudet

Monet lääkkeet vähentävät syljen tuotantoa, esim:

- Verenpaine- ja sydänlääkkeet
- Eräät psykenlääkkeet
- Allergialääkkeet
- Närästyslääkkeet
- Epilepsialääkkeet
- Nesteenpoistolääkkeet
- Migreenilääkkeet
- A-vitamiinin johdokset (aknelääke isotretinoiini)
- Psoriasislääke asitretiini
- Parkinsonlääkkeet

”

Hyvin hoidettuna kuivaisen elämänlaatu paranee kaikilla osa-alueilla.

Muita syitä suun kuivumisen taustalla voivat olla:

- Säde- ja syöpähoidot
- Jatkuva suuhengitys
- Vaihdevuodet
- Uniapnea

Suun kuivuuden aiheuttamia suutulehduksia, pahan hajuista hengitystä, suun arkuutta ja hampaiden reikiintymistä voidaan ehkäistä mm. hyvällä itsehoidolla, perussairauksien hyvällä hoidolla ja läikehoidon säätämällä. Hyvin hoidettuna kuivaisen elämänlaatu paranee huomattavasti.

Syljenerityksen vähentyessä kariesbakteerien määrä lisääntyy ja hampaiden reikiintymisriski suurenee moninkertaiseksi. Ksylitoli on turvallinen ja tehokas keino vähentää kariesriskiä ja lisätä syljeneritystä.¹⁷ Betaiini vähentää merkittävästi kuivan suun oireita.⁷

Ksylimuokkua, betaiinia ja oliiviöljyä sisältävä hammastahna ja muut suunhoitotuotteet parantavat merkittävästi kuivasuisten elämänlaatua ja syljen erityystä (esim. 45 % kasvu sädehoitoon liittyvässä kuivassa suussa).^{18,19}

Natriumlauryylisulfaatti ja väkevät makuaineet pahentavat kuivan suun oireita. Kuivasta suusta kärsivien tulisi käyttää mietoja hammastahnoja, jotka eivät sisällä natriumlauryylisulfaattia.¹⁷

Apteq hammastahnat on kehitetty kuivan suun hoitoon. Ne sisältävät ksylimuokkua, betaiinia, oliivinlehtiutetta ja ne eivät sisällä natriumlauryylisulfaattia.

Suun punajäkälä

Limakalvojen punajäkälä on autoimmuunitauti. Se puhkeaa usein keski-ikässä ja on tavallisempi naisilla. Syytä sen ilmaantumiseen ei tunneta. Tauti kestää vuosia tai vuosikymmeniä, mutta voi välillä olla vähäoireinen. Tila kannattaa vähäoireisenakin tunnistaa ja tehdä helpot elämäntapamuutokset sen hoitamiseksi. Hammaslääkäriin kannattaa hakeutua heti, jos suun punajäkälä muuttuu kivuliaksi tai sen ulkonäkö muuttuu selvästi. Sairauden aiheuttamaa haittaa voidaan vähentää, mutta parantavaa hoitoa ei ole tarjolla.²⁰

Käypä hoito suosittelee suun punajäkälän itsehoitoon natriumlauryylisulfaattivapaata fluorihammastahnoja ja mahdolliseen suun kuivuuteen ruokaöljyä.²¹

Toteutimme Fennogate Finland Oy:ssä kuluttajatutkimuksen, jossa annoimme suun punajäkälästä kärsiville asiakkaille testiin Apteqin Care Hammastahnan. Kaikki kyselyyn vastanneet asiakkaat aikovat jatkossakin käyttää Apteq-hammastahnoja. 89 % suosittelee Apteqin tahnoja muille punajäkälästä kärsiville henkilöille. Puolet arvioi suun terveydentilansa parantuneen merkittävästi Apteq-hammastahnan käyttöönoton myötä. Toinen puolisko arvioi suun terveydentilansa pysyneen ennallaan.

Suuläketieteen professori Arja Kullaa kommentoi tuloksia: *”Hammastahna on niin hampaiden kuin myös limakalvojen terveyden kannalta syytä valita oikein. Asiantuntijat suosittelevat natriumlauryylisulfaatti-vapaata hammastahnoja henkilöille, joilla on suun limakalvoilla oireita tai muuten herkkä suu.*

Apteq-hammastahnan aineosat suojaavat suun limakalvoja hampaiden ohella. Kuten kyselytutkimus osoitti, hammastahnan vaihtaminen voi auttaa punajäkälästä kärsiviä potilaita. Hammastahnan valinnassa aina kannattaa kysyä neuvoa hammashoitohenkilökunnalta.”

**”
89 % suosittelee Apteqin
tahnoja muille punajäkälästä
kärsiville henkilöille.**

Diabetes

Diabetes on yksi huomattavimmista kansantaudeistamme; yli puoli miljoonaa suomalaista sairastaa sitä. Diabetes ei suoraan aiheuta mitään suun alueen oireita tai sairauksia. Diabetesta sairastavilla kuitenkin suun alueen tulehdukset ja muut ongelmat ovat yleisempiä ja paranevat heikommin.²² Taulukkoon I on kerätty yhteenveto diabeteksen suun liitännäisoireista sekä Apteq hammastahnojen vastineet niihin.

Taulukko I. Diabetes ja suun liitännäisoreet vs. Apteq hammastahnat.

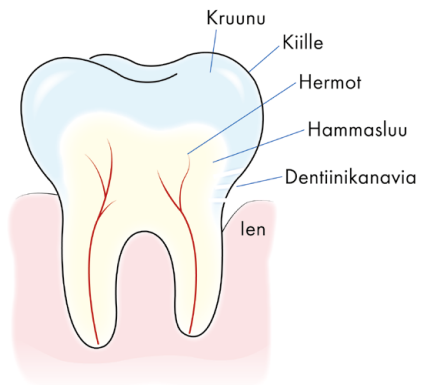
Nro	Syy	Liitännäisoreet	Apteq hammastahnat
1	Diabeteksen puhkeaminen, huono hoitotasapaino	Suun tulehdukset (esim. ientulehdus, parodontiitti, sieni-infektio)	Sisältää suun tulehduksilta suojaavaa luonnollista antimikrobista oliivinlehtiutetta ja ksylitolia.
2	Diabeteksessa runsaasti sokeria sisältävä kudosteneste voi erityy suuhun ikenien kautta	Karies	Korkea ksylitolipitoisuus estää tehokkaasti kariesta aiheuttavien bakteerien toimintaa. Sisältää lisäksi tarvittavan määrän fluoria (1450 ppm).
3	Diabeteslääkkeet	Kuiva suu	Oliivinlehtiute, glyseroli ja betaiini kosteuttavat ja hoitavat suun limakalvoja. Ei natriumlauryylisulfaattia.

Vihlovat hampaat

Hampaiden vihlominen on kiusallinen ja yleinen vaiva. Hampaan kruunuosaa peittää kiille, jonka alla on kiillettä pehmeämpi, kellertävä kovakudos eli hammasluu. Ikenet suojaavat hammaskauloja. Hammasluussa eli dentiinissä on nesteiden täyttymiä kanavia, jotka johtavat hampaan ydinonteloon. Nesteiden liike kanavassa välittyy hermosoluihin. Syytä tai toisesta paljastunut hammasluu altistuu erilaisille ympäristön ärsykeille, ja osa ärsytyksestä aistitaan vihlomisena.

Vihlomisen saa aikaan makea, hapan tai kylmä ruoka tai juoma. Hampaiden vihlominen liittyy tavallisimmin hammas-erosioon tai ikenien vetäytymiseen. Taustalla voi olla monia tekijöitä kuten liian hankaava hammastahna tai ientulehdus.^{23,24}

Hampaan rakenne



Kirjallisuusviitteet

1. Ksylitol. Suomen Hammaslääkäriliitto (viitattu 9.2.2021). Saatavilla internetissä: <https://www.hammaslaakariliitto.fi/fi/suunterveys/yleistietoa-suunterveydesta/ravinto-ja-suunterveys/ksylitolii#X7JClmgY2w>
2. Säännöllisen ksylitolipurukumin tai -pastillin käytön vaikutus hampaiden reikiintymiseen ja kariesen varhaisvaiheiden syntyyn ja etenemiseen. Käypä hoito -näytönastekatsaus. Suomalainen Lääkäriseura Duodecim, 2020 (viitattu 9.2.2021). Saatavilla Internetissä: <https://www.kaypahoito.fi/nak06746>
3. Sirviö K. Ksylitol. www.terveyskirjasto.fi. Lääkärikirja Duodecim. Kustannus Oy Duodecim 19.12.2019. Saatavilla Internetissä: https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=trv00019
4. Ksylitolin äkillisen välikorvatulehduksen ehkäisyssä. Käypä hoito -näytönastekatsaus. Suomalainen Lääkäriseura Duodecim, 2017 (viitattu 9.2.2021). Saatavilla Internetissä: <https://www.kaypahoito.fi/nak0614#R1>
5. Talattof Z. et al. Antifungal Activity of Xylitol against Candida albicans: An in vitro Study. *J Contemp Dent Pract.* 2018 Feb 1;19(2):125-129.
6. Heikka H. Hammastahnat. www.terveyskirjasto.fi. Lääkärikirja Duodecim. Kustannus Oy Duodecim 19.12.2019. Saatavilla Internetissä: https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=trv00025#s3
7. Rantanen I. et al. Effects of a betaine-containing toothpaste on subjective symptoms of dry mouth: a randomized clinical trial. *J Contemp Dent Pract.* 2003 May 15;4(2):11-23.
8. Bizhang M. et al. Toothbrush abrasivity in a long-term simulation on human dentin depends on brushing mode and bristle arrangement. *PLoS One.* 2017 Feb 21;12(2).
9. Alaraudanjoki V. Erosive tooth wear and associated factors in Northern Finland Birth Cohort 1966. Väitöskirja. Oulun yliopisto 2018.
10. Hausen H. Hammaseosio pitää ottaa vakavasti. *Hammaslääkärilehti* 27.4.2018. Saatavilla internetissä: <https://www.hammaslaakarilehti.fi/fi/kolumnit/hammaseosio-pitaa-ottaa-vakavasti>
11. Tunturi S. Aftat ja suun pienet haavaumat www.terveyskirjasto.fi. Lääkärikirja Duodecim. Kustannus Oy Duodecim 23.4.2020. Saatavilla Internetissä: https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00187
12. Babatunde Y. et al. Effect of sodium lauryl sulfate on recurrent aphthous stomatitis: A systematic review. *J Oral Pathol Med.* 2019 May;48(5):358-364.
13. Tunturi S. Kuiva suu. www.terveyskirjasto.fi. Lääkärikirja Duodecim. Kustannus Oy Duodecim 25.3.2020. Saatavilla Internetissä: https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00896
14. Martín M. et al. Products based on olive oil, betaine, and xylitol in the post-radiotherapy xerostomia. *Rep Pract Oncol Radiother.* Jan-Feb 2017;22(1):71-76.
15. Ship J. et al. Safety and effectiveness of topical dry mouth products containing olive oil, betaine, and xylitol in reducing xerostomia for polypharmacy-induced dry mouth. *J Oral Rehabil.* 2007 Oct;34(10):724-32.
16. Hannuksela-Svahn A. Limakalvojen punajäkälä. www.terveyskirjasto.fi. Lääkärikirja Duodecim. Kustannus Oy Duodecim 1.3.2015. Saatavilla Internetissä: https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00640
17. Kotihoito-ohjeet suun punajäkälää (tai sen kaltaista muutosta) sairastaville potilaille. Käypä hoito -suositus. Suomalainen Lääkäriseura Duodecim, 2019 (viitattu 9.2.2021). Saatavilla Internetissä: <https://www.kaypahoito.fi/nix00060>
18. Honkala S, Heikkinen AM. Diabetes ja suun terveys. www.terveyskirjasto.fi. Lääkärikirja Duodecim. Kustannus Oy Duodecim 19.12.2019. Saatavilla Internetissä: https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=trv00127
19. Könönen E. Hampaiden vihlominen. www.terveyskirjasto.fi. Lääkärikirja Duodecim. Kustannus Oy Duodecim 12.3.2024. Saatavilla internetissä: <https://www.terveyskirjasto.fi/dlk00811>
20. Hampaiden vihlominen. Suomen Hammaslääkäriliitto (viitattu 12.3.2024). Saatavilla internetissä: <https://www.hammaslaakariliitto.fi/fi/suun-sairaudet-ja-tapaturmat/hampaiden-ja-suun-sairaudet/hampaiden-vihlominen>
21. Heikka H. Hammastahnat. www.terveyskirjasto.fi. Lääkärikirja Duodecim. Kustannus Oy Duodecim 12.3.2024. Saatavilla internetissä: <https://www.terveyskirjasto.fi/trv00025/hammastahnat?q=arginiini>
22. Työterveyslaitos OVA ohjeet (viitattu 12.3.2024) Saatavilla internetissä: <https://ova.ttl.fi/kaliumnitrilli>
23. Prakash P. et al. Comparison of the effectiveness of three different desensitizing toothpastes in reducing dentin hypersensitivity: A 4-week clinical study. *J Conserv Dent.* 2019 Mar-Apr; 22(2): 181–184.
24. Nathoo S. et al. Comparing the efficacy in providing instant relief of dentin hypersensitivity of a new toothpaste containing 8.0% arginine, calcium carbonate, and 1450 ppm fluoride relative to a benchmark desensitizing toothpaste containing 2% potassium ion and 1450 ppm fluoride, and to a control toothpaste with 1450 ppm fluoride: a three-day clinical study in New Jersey, USA. *Randomized Controlled Trial J Clin Dent.* 2009;20(4):123-30.



Tuotetiedot – Apteq Care Hammastahna

Käyttöaihe: Aftojen ehkäisyyn ja kuivalle herkälle suulle.

Vaikuttavat aineet: Ksylitoli 25 %, Natriumfluoridi 0,33 %, Betaiini 4 %, Oliivinlehtiute 4 %.

Ainesosat: Ksylitoli (25 %), Vesi, Piiksid, Sorbitoli, Glyseriini, Betaiini (4 %), Oliivinlehtiute (4 %), Poloksameeri 407, Titaanidioksidi, Aromi, Hydroksipropyylimetyyliselluloosa, Selluloosakumi, Natriumfluoridi, Dinatrium EDTA, Natriumsakkariini, Natriumbentsoaatti.

Säilytys: Huoneenlämmössä.

Raskaus ja imety: Apteq Care Hammastahnalla ei tunneta haittavaikutuksia raskauteen tai imetykseen.

Tuotetiedot – Apteq Sensitive Hammastahna

Käyttöaihe: Vihloville hampaille ja aftojen ja hammaseroosion ehkäisyyn sekä kuivalle ja herkälle suulle.

Vaikuttavat aineet: Arginiini-kalsium, Ksylitoli 10 %, Natriumfluoridi 0,33 %, Betaiini 4 %, Oliivinlehtiute 4 %.

Ainesosat: Vesi, Ksylitoli (10 %), Piiksid, Glyseriini, Sorbitoli, Kalsiumkarbonaatti, Arginiini, Betaiini (4 %), Oliivinlehtiute (4 %), Poloxamer 407, Titaanidioksidi, Hydroksipropyylimetyyliselluloosa, Aromi, Selluloosakumi, Ksantaanikumi, Natriumfluoridi, Natriumbentsoaatti, Dinatrium-EDTA, Natriumsakariini, Anetoli, Karvoni, Mentoli.

Säilytys: Huoneenlämmössä.

Raskaus ja imety: Apteq Sensitive Hammastahnalla ei tunneta haittavaikutuksia raskauteen tai imetykseen.

Käyttöohje: Pese hampaat hammastahnalla aamuin illoin 2 minuutin ajan. Kuusivuotiaat ja sitä nuoremmat lapset: Käytä hampaiden harjauksessa herneen kokoinen määrä hammastahnaa ja valvo harjausta, jotta lapsi nielisi tahnaa mahdollisimman vähän. Muita fluorituotteita käytettäessä tulee ottaa yhteyttä hammaslääkäriin tai lääkäriin.