

VLIV KONZUMACE VYBRANÝCH NÁPOJŮ NA PH SLINY

Soňa ULIČNÁ

Školitel: MDDr. Diana Sádovská

Stomatologická klinika, 3.LF UK v Praze

Úvod: Slina je tekutina nacházející se v dutině ústní. Je sem vylučována ze slinných žláz. Zvlhčuje všechny povrchy v dutině ústní, zajišťuje jejich omývání, je důležitá pro vnímání chuti a tvorbu sousta, díky pufrční funkci je schopná vyrovnávat kyseliny. V neposlední řadě je důležité, že slina je zdrojem iontů potřebných při remineralizaci, má i antibakteriální funkci a ze složek sliny se vytváří na povrchu zubů pelikula. Slina má tedy v dutině ústní vliv na spoustu biologických pochodů a při jejím nedostatku vznikají četné patologie.

Cíl: Cílem práce bylo zjistit, jak káva nebo čaj mění pH sliny a jak se na této změně projeví ochucení těchto nápojů. Zjišťovala jsem také, který z vybraných nápojů je nevhodnější a který naopak nejvíce snižuje pH a mohl by být nejvíce kariogenní.

Soubor a metodika: Byla zjišťována změna pH sliny po konzumaci černé kávy, kávy s cukrem, kávy s mlékem, kávy s mlékem a cukrem, ovocného čaje, ovocného čaje s cukrem a ovocného čaje s cukrem a citronem. Testování změny pH sliny se účastnilo 6 studentek oboru Dentální hygiena. Před konzumací testovaného nápoje neměly studentky alespoň 60 minut nic jíst, žvýkat ani pít. Všechny studentky konzumovaly stejný nápoj stejně dlouhou dobu. Měřila jsem pH klidové sliny před konzumací a potom v intervalech 5, 10, 15, 30, 45 a 60 minut po konzumaci nápoje.

Výsledky: Z měření pH sliny po konzumaci různých způsobů dochucení kávy byla zjištěna největší odchylka v poklesu pH o 0,73 u kávy s mlékem a cukrem. Naopak zvyšování pH sliny způsobila káva s mlékem. Po konzumaci různých způsobů dochucení čaje byla zjištěna největší odchylka v poklesu pH o 0,72 u čaje s cukrem a citronem a nejmenší rozdíly ve změnách pH způsoboval samotný čaj. Z průměrných hodnot měření lze vypočítat celkově největší odchylku v poklesu pH o 0,22 u čaje s cukrem.

Závěr: Z výsledků výzkumu vyplývá, že nejbezpečnější z testovaných nápojů je káva s mlékem, která od začátku způsobovala spíše zvyšování pH sliny. Dle průměrných hodnot lze upozornit, že pH nejvíce snižoval čaj s cukrem. Celkově největší odchylka byla však zjištěna u kávy s mlékem a cukrem a podobná byla u čaje s cukrem a citronem. Žádný z nápojů nezpůsobil snížení pH sliny pod kritickou hodnotu pro vznik zubního kazu, tudíž žádný z nich nemohu považovat za kariogenní.