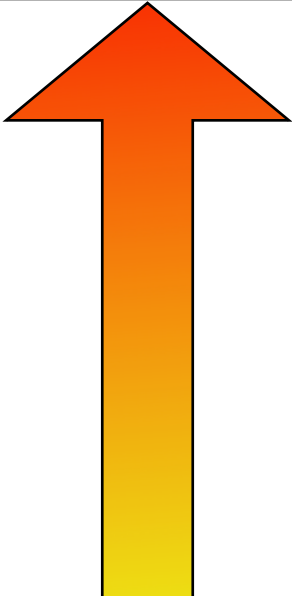


PROTOCOLLO IPERSENSIBILITA'

- Modifiche alimentari:
 - Eliminare o ridurre drasticamente cibi e bevande acide (vedi tabella)
 - Dopo l'assunzione di cibi o bevande acide, attendere almeno 1 ora prima di spazzolare i denti

| Grado di acidità | Cibi/bevande | PH |
|--|------------------|---------|
|  | Vino | 2.3-3.8 |
| | Bevande gasate | 2.3-4.4 |
| | Arance | 2.8-4.0 |
| | Susine | 2.8-4.6 |
| | Succo di limone | 2.4 |
| | The freddo | 3.0 |
| | Fragole | 3.0-4.2 |
| | Succo di mela | 3.5 |
| | Mele | 3.5-3.9 |
| | Succo di arancia | 3.6 |
| | Pomodori | 3.7-4.7 |
| | Birra | 4.0-5.0 |
| | Yogurt | 4.2 |
| | The nero | 4.2 |
| | Banane | 5.1 |
| | Formaggio | 5.1 |
| Latte intero | 6.7 | |
| Acqua | 7.3 | |

- Igiene domiciliare:
 - Spazzolino manuale o elettrico, con setole morbide, da usare con pressione leggera
 - Dentifricio per denti sensibili (Elmex verde). Evitare dentifrici sbiancanti e con microgranuli

In caso di forte sensibilità, affiancare l'uso dei seguenti prodotti per 2 settimane:

- Elmex Sensitive Plus Collutorio: sciacqui 2-3 volte al giorno per 1 minuto
- Actisens Gel fiale: 2 applicazioni al giorno (mattina e sera) nella zona dentale sensibile, senza sciacquare dopo

Eventualmente:

- Elmex gel 25gr, 1-2 volte a settimana al posto del dentifricio