



Жевательная резинка...

польза или вред?

Проблема:

Жевать или не жевать?





Подумаем, порассуждаем ...



польза



- 1) Приятный вкус.
- 2) Очищает полость рта.
- 3) Освежает полость рта ...

польза



- 4) Снимает мышечное напряжение и стресс.
- 5) Содержащиеся в жевательной резинке сахарозаменители. (сорбитол, ксилит) восстанавливают кислотно-щелочной баланс.

Вред

- 1) Чавканье.
- 2) Расклеивание «на память» резинки, прошедшей челюстно-жевательную обработку, под стол, на стол, под стул...
- 3) Порча одежды...
- 4) Безобидная, не содержащая никаких наркотических веществ резинка вызывает привыкание к кофе и сигаретам.

Вред



- 5) Психологи говорят, будто у детей, не выпускающих жвачку изо рта, снижается уровень интеллекта.
- 6) Постоянное жевание притупляет внимание и ослабляет процесс мышления, мешая сосредоточиться

Вред



- 7) Бесперывное жевание истощает желудок и пищеварительную систему, не давая им передохнуть.
- 8) Жевание натоцкак стимулирует выделение пищеварительного сока, разъедающего слизистые оболочки, что может привести к гастриту и язве

Вред



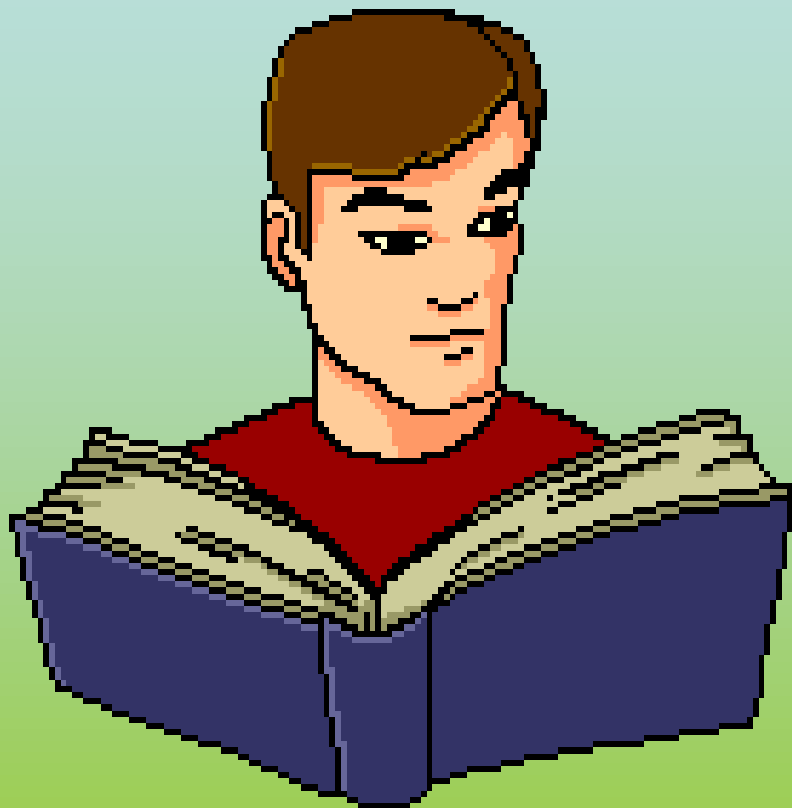
- 9) Особо упругие жвачки могут разрушить коронки, мосты, выдернуть пломбы.
- 10) Всевозможные химические добавки и красители могут вызывать аллергию, воспаление, раздражение, боль в животе.

Вред



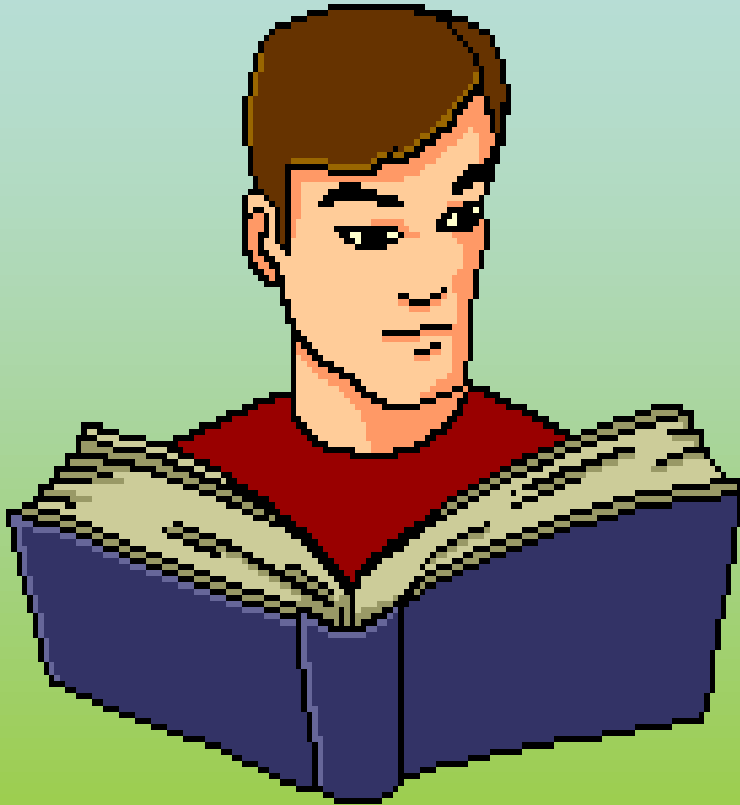
- 11) Жевательные резинки, содержащие сахар, вызывают уменьшение pH, тем самым способствуя развитию кариеса.

Надо знать



- . В «Дирол» содержится краситель E171, который может вызвать заболевания печени и почек, в «Стиморол» – E131, краситель, способствующий образованию раковых клеток. И это лишь часть из списка «Минздрав предупреждает!»

Надо знать



- В жевательных резинках, изготовленных в странах третьего мира, используется бутадиенстирольный каучук (в России его запрещено применять в производстве пищевых продуктов). Такую "жвачку" можно определить только дегустированием: обычно она более жесткая, быстро теряет вкус и начинает горчить.

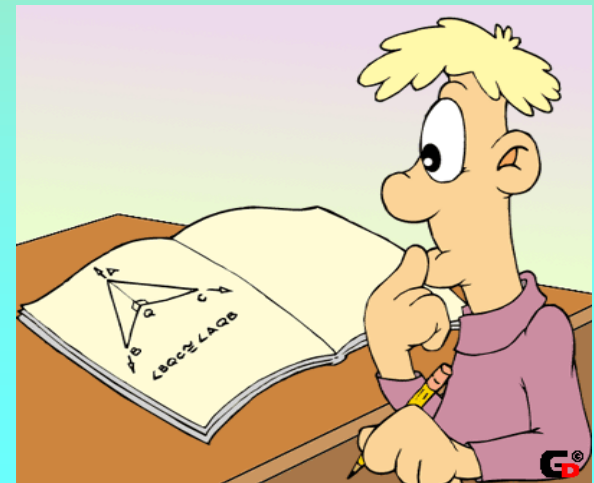
Внимание!



- • Чаще всего в составе жевательных резинок присутствуют красители - E171, E102, E133, E129, E132, стабилизаторы вкуса - E414, E422, эмульгатор - E322, которые наносят вред печени.

Внимание!

- После обеда или перекусов в течение дня можно пожевать резинку не более 15 минут. Обычно этого бывает достаточно, чтобы предупредить образование мягкого зубного налета и восстановить кислотный баланс.
- Не употребляйте "жвачку" перед едой: может пропасть аппетит и испортиться желудок.



Внимание!



- "Жвачку" ни в коем случае нельзя проглатывать. Она может застрять в желудочно-кишечном тракте. Известны случаи, когда "жвачка" становилась причиной промывания желудка в стационарных условиях.

A vibrant green apple is shown in the center of the frame, splashing into water. The water droplets are captured in mid-air, creating a dynamic and refreshing scene. The background is a soft, out-of-focus light blue and white, suggesting a bright, airy environment. Overlaid on the lower right portion of the apple is the Russian phrase "Будьте здоровы!" in a bold, 3D, yellow-to-orange gradient font. The text is slanted upwards, adding to the energetic feel of the image.

Будьте здоровы!