طبيب يحذر: وضع فرشاة الأسنان قرب المرحاض يعرضها للتلوث بالبكتيريا

كشف الدكتور صامويل شودري، طبيب مقيم في سنغافورة، عن خطأ شائع يرتكبه الكثيرون لدى استخدام فرشاة الأسنان دون إدراك مخاطره الصحية.

وفي مقطع فيديو نشره على "إنستغرام"، أوضح شودري أن:"وضع فرشاة الأسنان بالقرب من المرحاض يعرضها للتلوث بالبكتيريا والفيروسات وحتى جزيئات البراز المتطايرة في الهواء"، قائلا إن:"سحب السيفون يمكن أن يدفع البكتيريا إلى ارتفاع يصل إلى 6 أقدام (1.83 متر تقريبا) في الهواء، ما يجعل فرشاة الأسنان عرضة لهذه الملوثات إذا كانت موضوعة بجوار المرحاض".

وأكد أن:"مجرد استخدام غطاء الفرشاة لا يحميها، بل قد يزيد من نمو البكتيريا بسبب البيئة الرطبة التي يخلقها".

واستشهد شودري بدراسة أجريت عام 2015 على فرش الأسنان في مساكن طلابية، حيث تبين أن 60% منها ملوثة بمواد برازية، ما يعكس مدى انتشار المشكلة.

وكما أوضح أن الأغطية البلاستيكية، التي يعتقد البعض أنها تحمي الفرشاة، قد تزيد من خطر نمو البكتيريا بدلا من منعها.

ولحماية فرشاة الأسنان من التلوث، قدم شودري بعض النصائح العملية، منها:

- وضع الفرشاة في وضع رأسي لضمان تصريف المياه بشكل جيد وتقليل تراكم الرطوبة.

- تغيير الفرشاة أو رأسها كل 3 إلى 4 أشهر لضمان نظافتها وفعاليتها.

- إبعاد الفرشاة عن المرحاض وإغلاق الغطاء عند سحب السيفون لمنع انتشار الجسيمات المتطايرة.

- تخزين الفرشاة في مكان جيد التهوية حتى تجف بسرعة، ما يحدّ من تكاثر البكتيريا.

وأما عن أجهزة التعقيم بالأشعة فوق البنفسجية أو تنظيف الفرشاة بغسول الفم، فقد أشار شودري إلى أنها ليست ضرورية تماما إذا تم اتباع هذه الخطوات الأساسية.

ويأتي هذا التحذير بعد دراسات علمية حذرت من أن سحب السيفون يؤدي إلى انتشار قطرات مجهرية محمّلة ببكتيريا الإشريكية القولونية (E. coli) والمكورات العنقودية الذهبية (S. aureus)، والتي قد تسبب التهابات معوية أو أمراضا تنفسية عند استنشاقها.