

TOPLUMUMUZDA AĞIZ GARGARALARININ KULLANIM SIKLIĞI

FREQUENCY OF USAGE OF MOUTH RINSES IN THE SOCIETY

Yavuz GÖMEÇ¹, Bora ÖNCÜ², Batu Can YAMAN¹

ÖZET

Bu anket çalışmasında ağız gargarası kullanım amaçları, insanların gargaralardan beklentileri ve ne amaçla kullandıkları, hangi markaları tercih ettikleri, bu seçimde etkili olan faktörlerin neler olduğu ve ağız gargarasını nereden aldıkları araştırılmıştır. Anket 1445 kişiye uygulanmıştır. Öncelikle bireylere ağız gargarası kullanıp kullanmadıkları sorulmuş, 122'si kadın, 108'i erkek olmak üzere toplam 230 birey ağız gargarası kullandığını bildirmiştir. Anket sonuçlarına göre gargaraların kullanım amaçlarının başında ağız kokusunun giderilmesi ve ferahlık hissi gibi kozmetik sebeplerin ön planda geldiğini görülmektedir. Ağız gargarası seçiminde önemli olan faktörlerden biri diş hekimi tavsiyesinin ilk sırada olduğu ve gargaraların çoğunlukla eczaneden alındığı görülmektedir. Yine anket sonuçları göstermektedir ki toplumun ağız gargaralarına bakış açısı sınırlı kalmaktadır, bireylerin büyük bir kısmı gargaraların kozmetik etkilerinden faydalanmayı amaçlamaktadır. Bu durum gargara kullanımında toplum bilincinin henüz tam olarak yerleşmediğini, diş hekiminin hastalarını daha iyi yönlendirmesi gerektiğini göstermektedir.

Anahtar Kelime: Ağız gargarası, kullanım sıklığı, bakteri plağı

ABSTRACT

The aim of this study was to evaluate the general use of mouth rinses and to determine the reasons of selective factors and also peoples' expectations of those products. Question surveys were distributed to 1445 patients; 122 female and 108 males of them had declared that they had been using such mouth rinses. The results showed that the main objective to use mouth rinses were complaints of halitosis. and additionally cosmetic factors such as fresh smell of the mouth. Advices of dentists' affected the choices and patients bought the products from pharmacies. The perspective of the society on the usage of mouth rinses seemed very limited and prime choices were based on cosmetic reasons.

Key Word: Mouth rinse, prevalence, dental plaque

¹ İstanbul Üniversitesi Diş Hekimliği Fakültesi Diş Hastalıkları ve Tedavisi Anabilim Dalı.

² İstanbul Üniversitesi Diş Hekimliği Fakültesi Ağız Diş Çene Hastalıkları ve Cerrahisi Anabilim Dalı.

GİRİŞ

Günümüzde koruyucu diş hekimliği kavramının gelişmesi ve toplumun bilinçlenmesi ile özellikle kentsel kesimde bireylerin ağız bakım alışkanlıkları gelişmiştir. Buradaki amaç koruyucu uygulamaların ve bu bilincin tüm topluma yayılmasıdır. Ağız bakım alışkanlıkları diş fırçalama ile sınırlıyken, günümüzde ara yüz temizliğine verilen önem, diş ipi ara yüz fırçası, kürdan ve ağız gargarası ağız duşu kullanımının önemini arttırmıştır. Yapılan araştırmalar, ağız gargarası kullanımının ağız ve diş sağlığı açısından ne kadar önemli olduğunu göstermektedir. Başlangıçta, kötü ağız kokusunun giderilmesi gibi kozmetik amaçlarla kullanılan ağız gargarası, günümüzde birçok faydalarından dolayı ağız bakım alışkanlıklarının vazgeçilmez bir parçası haline gelmektedir (1, 2).

Ağız gargarası günümüzde her geçen gün değişen içerik ve kullanım alanlarıyla piyasaya sürülmektedir. Antiplak ve antibakteriyel etkileri, çürük oluşumunu engellemeye destek olmaları, ağız kokusunu ortadan kaldırmaları, periodontal hastalıkları önlemeleri ve daha bir çok özellikleriyle ağız gargarası günümüzde çok farklı bir boyutta ele alınmalıdır (3, 4).

Ağız gargarası hoş kokulu, ferahlatıcı veya antiseptik etkisi olan non-steril sulu solüsyonlar olarak tanımlanabilir. Gargaralar oral bakteri sayısını azaltmak, yiyecek artıklarını uzaklaştırmak, kötü nefesi geçici olarak ortadan kaldırmak ve hoş bir tad bırakmak için tasarlanmıştır. Ağız gargarası, kozmetik, terapötik ya da her ikisinin kombinasyonları şeklindedir. Kozmetik ağız gargarası daha çok ticari ürünler olup fırçalama

öncesi veya sonrası oral debrisi ortadan kaldırmaya, kötü nefes kokusunu baskılamaya, bakteri miktarını azaltmaya, ağızda güzel bir tat bırakmaya ve ağız içindeki küçük enfeksiyonların tedavisinde yardımcı olur. Terapötik gargaralar ise kozmetik ürünlerin faydalarının yanısıra florid veya klorheksidin gibi aktif maddelerle ağız ve diş sağlığına yardımcı olur (2, 3, 5, 6).

Bu çalışmada, kentsel kesimdeki insanların ağız gargarasını kullanım amaçları, kullanım sıklıkları, gargaralardan beklentileri ve gargara seçiminde göz önünde bulundurdıkları faktörler araştırılmış, toplumun ağız gargarası hakkında ne kadar bilinçli olduğu gösterilmektedir.

GEREÇ VE YÖNTEM

Araştırma, anket çalışması olup hastalarla yüz yüze görüşülerek doldurulmuştur. İstanbul Üniversitesi Diş Hekimliği Fakültesi Diş Hastalıkları ve Tedavisi ana bilim dalına başvuran hastalardan rastgele seçilerek anket soruları yöneltilmiştir (Tablo 1). 1445 hastaya öncelikle ağız gargarası kullanıp kullanmadığı sorulmuştur. 122'si kadın ve 108'i erkek toplam 230 hasta ağız gargarası kullandığını bildirmiş ve bu bireyler ankette yer alan diğer soruları yanıtlamıştır. Bu hastalara yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi, diş hekimine gitme sıklığı, ağız gargarasını hangi sıklıkla kullandığı, hangi marka ağız gargarası kullandığı, hangi amaçla kullandığı, gargara seçiminde neyi göz önünde bulundurduğu ve gargarayı nereden aldığı sorulmuş, verilen yanıtlar anket formuna kaydedilmiştir. Daha sonra elde edilen veriler frekans dağılımı hesaplanması için yüzdelik değerlere dönüştürülmüştür.

Tablo 1: Anket formu

Yaş:
Cinsiyet:
 Kadın Erkek
Ağız gargarası kullanıyorsunuz
 Evet Hayır
Bu sorunun yanıtı "Evet" ise aşağıdaki soruları yanıtlayabilirsiniz.
Eğitim düzeyi:
 İlkokul Ortaokul Lise Yüksekokul
Hangi sıklıkla diş hekimine gidiyorsunuz:
 Düzenli Nadiren/Mecbur kaldıkça
Ağız gargarası kullanımını nasıl öğrendiniz?
 Hekim tavsiyesi Eczane tavsiyesi Yakın çevre Reklam
Hangi amaçla ağız gargarası kullanıyorsunuz?
 Ağız kokusu ve sigara Ağız hijyeni amaçlı
 Cerrahi operasyon sonrası Çürük önleyici ve profilaktik
 Aft, uçuk ve ağız lezyonları Periodontal/dişeti problemleri
Ağız gargarasını hangi sıklıkla kullanıyorsunuz?
 Günde 2-3 Günde 1 Haftada 2-3 Haftada 1 Nadiren
Hangi marka ağız gargarası kullanıyorsunuz?
.....
Ağız gargarasını nereden alıyorsunuz?
 Eczane Market

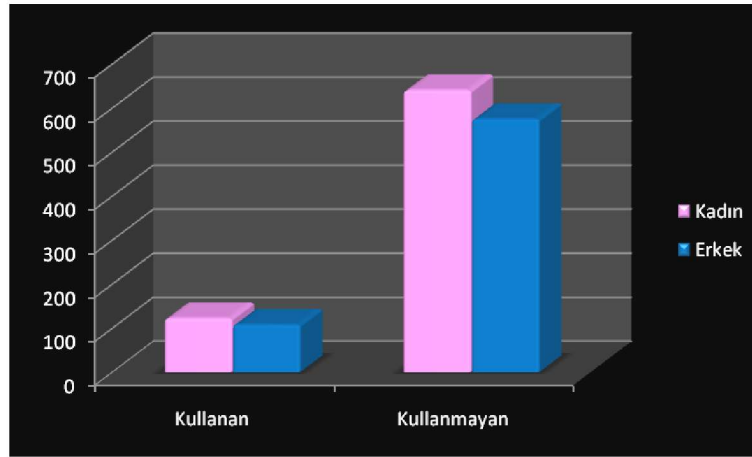
BULGULAR

Anket çalışmamızın amacı, toplumumuzun ağız gargarası kullanma sıklığını belirlemektir. Bu amaçla, İstanbul Üniversitesi Diş Hekimliği Fakültesi Diş Hastalıkları ve Tedavisi Anabilim dalına gelen ve rastgele seçilen 1445 hasta taran-

mıştır. Anket çalışmamızda 1445 hastaya yüz yüze görüşme sonrası ağız gargarası kullanıp kullanmadığı sorulmuş ve 230 kişiden (%16) evet yanıtı alınmıştır. Bu 230 kişinin 122'si kadın ve 108'i erkektir (Tablo 2) (Şekil 1)

Tablo 2: Hastaların cinsiyete göre ağız gargarası kullanma dağılımı.

Ağız gargarası kullanımı	Kadın	Erkek	Toplam
Kullanan	122 (%16)	108 (%16)	230 (%16)
Kullanmayan	640 (%84)	575 (%84)	1215 (%84)
Toplam	762 (%100)	683 (%100)	1445 (%100)



Şekil 1: Hastaların cinsiyete göre ağız gargarası kullanma dağılımı.

Anketimizde ağız gargarası kullanan hastalara, yaş, cinsiyet, eğitim düzeyleri, diş hekimine gitme sıklığı, ağız gargarası kullanmayı nasıl ve nereden duyduğu, hangi amaçla kullandığı, hangi sıklıkla ve hangi marka ağız gargarası kullandığı, ağız gargarasını nereden aldığı gibi sorular yöneltilmiştir.

Ağız gargarası kullanan 230 hastanın yaş ve cinsiyete göre dağılımı Tablo 3'te gösterilmektedir (Şekil 2).

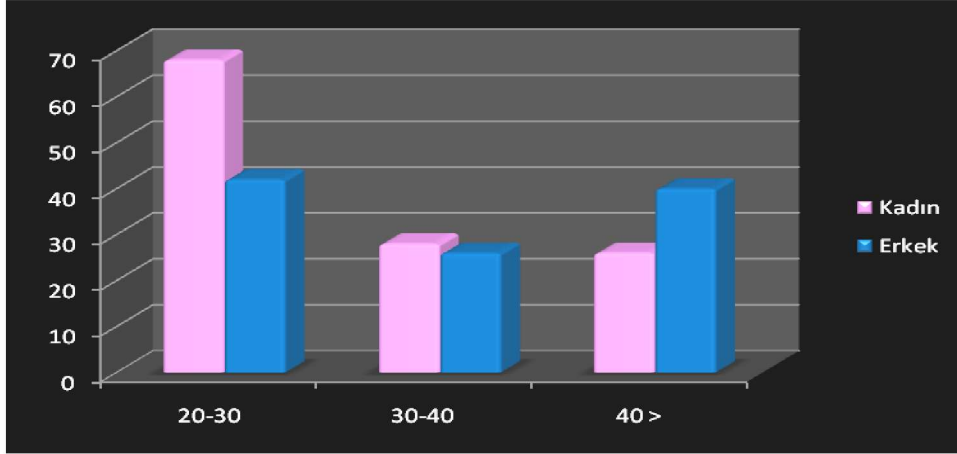
Ağız gargarası kullanan bireylerin eğitim düzeylerine göre dağılımları Tablo 4'te verilmektedir (Şekil 3). En çok ağız gargarası kullanan hasta grubu, kadın veya erkek olsun, eğitim düzeyinin en yüksek olduğu grupta görülmüştür.

Ağız gargarası kullanan kadınların %71.3'ü, erkeklerin de %57.4'ü diş hekimine düzenli olarak gitmesine rağmen, kadınların %28.7'si, erkeklerin de %42.6'sı diş hekimine mecbur kaldığında gitmektedir (Tablo 5) (Şekil 4).

Ağız gargarası seçiminde etkili olan faktörlerin başında toplamda %53 ile diş hekimi tavsiyesi gelmektedir. Kadınların %60.6'sı erkeklerin %44.4'ü seçim yaparken diş hekimi tavsiyesini göz önünde bulundurmaktadır (Tablo 6) (Şekil 5). Yakın çevre tavsiyesiyle ağız gargarası kullanımı, kadınlarda %15.6 iken erkeklerde %39.8'dir. Reklamların ve eczane tavsiyesininin ağız gargarası seçimindeki etkisi toplamda %20'dir.

Tablo 3: Ağız gargarası kullanan hastaların yaş grupları ve cinsiyete göre dağılımı

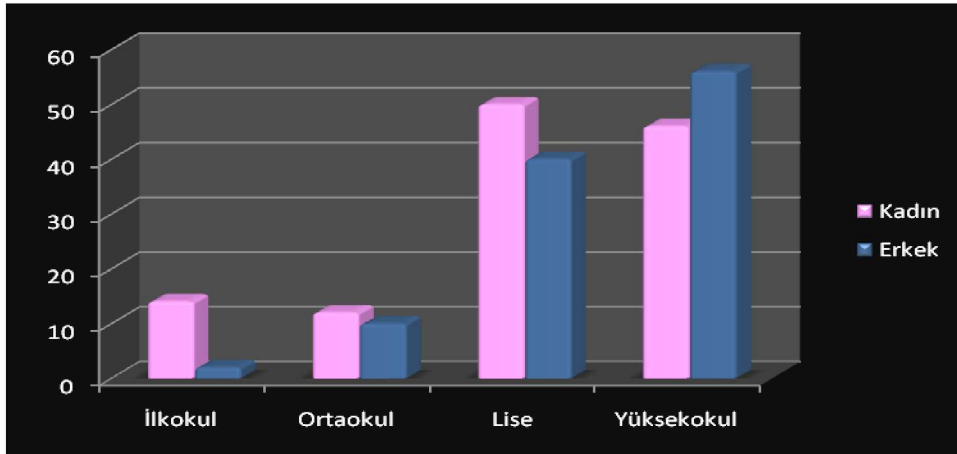
Yaş grupları	Kadın	Erkek
20-30	68 (%55.7)	42 (%39)
30-40	28 (%23)	26 (%24)
40 >	26 (%21.3)	40 (%37)
Toplam	122	108



Şekil 2: Ağız gargarası kullanan hastaların yaş grupları ve cinsiyete göre dağılımı.

Tablo 4: Ankete katılan hastaların eğitim düzeyine göre dağılımı

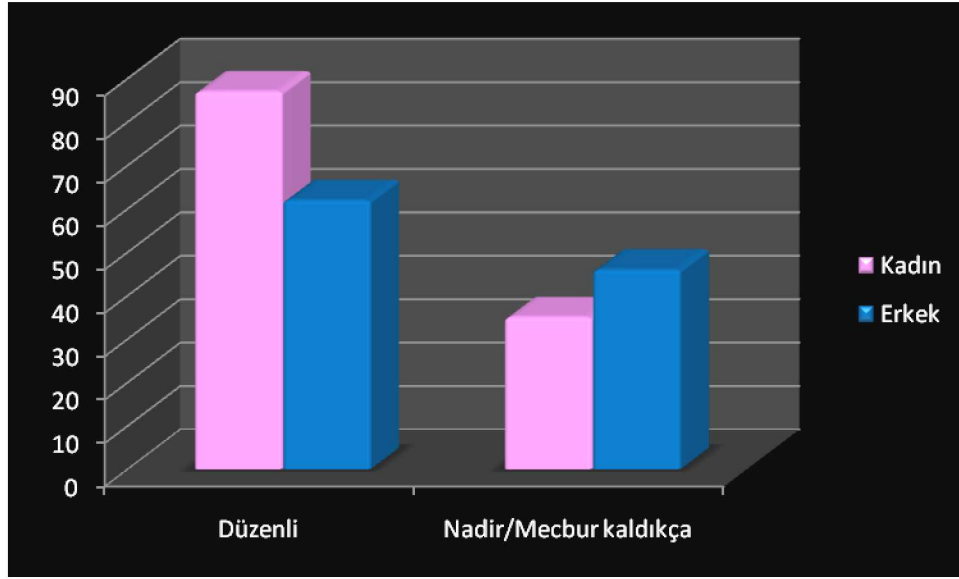
Eğitim Düzeyi	Kadın	Erkek	Toplam
İlkokul	14 (%11.5)	2 (%1.2)	16 (%7)
Ortaokul	12 (%9.8)	10 (%4.3)	22(%9.7)
Lise	50 (%41)	40 (%37)	90 (%39)
Yüksekokul	46 (%37.7)	56 (%51.9)	102 (%44.3)
Toplam	122	108	230



Şekil 3: Ankete katılan hastaların eğitim düzeyine göre dağılımı.

Tablo 5: Ağız gargarası kullanan hastaların diş hekimine gitme sıklığı.

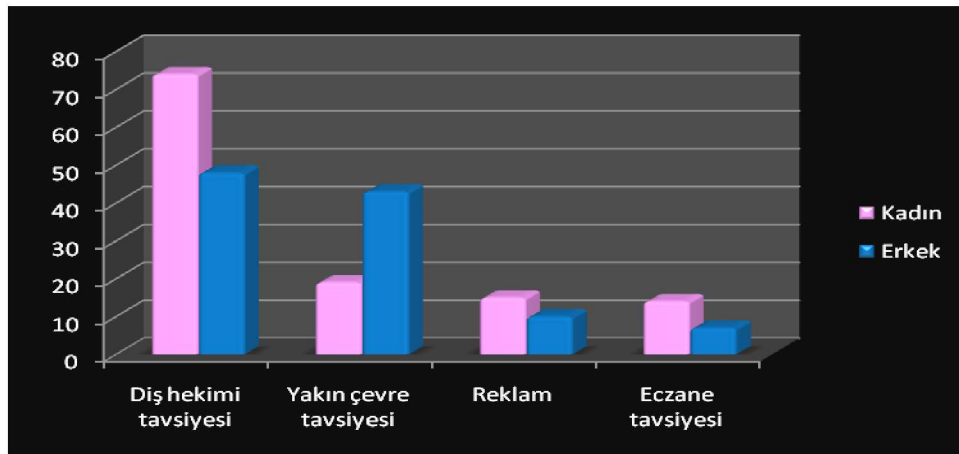
Diş hekimine gitme sıklığı	Kadın	Erkek	Toplam
Düzenli	87 (%71.3)	62 (%57.4)	149 (%64.8)
Nadir/Mecbur kaldıkça	35 (%28.7)	46 (%42.6)	81 (%35.2)
Toplam	122	108	230



Şekil 4: Ağız gargarası kullanan hastaların diş hekimine gitme sıklığı

Tablo 6: Hastaların ağız gargarasını nasıl ve kimden öğrendikleri.

Seçimde göz önünde bulundurulular	Kadın	Erkek	Toplam
Diş hekimi tavsiyesi	74 (%60.6)	48 (%44.4)	122 (%53)
Yakın çevre tavsiyesi	19 (%15.6)	43 (%39.8)	62 (%27)
Reklam	15 (%12.3)	10 (%9.3)	25 (%10.9)
Eczane tavsiyesi	14 (%11.5)	7 (%6.5)	21 (%9.1)
Toplam	122	108	230



Şekil 5: Hastaların ağız gargarasını nasıl ve kimden öğrendikleri

Ağız gargarası kullanan bireylerin büyük çoğunluğu, ağız kokusu ve ağız hijyeninin düzeltilmesi amacıyla kullandıklarını belirtmişlerdir (Tablo 7) (Şekil 6). Ağız ve sigara kokusunun

giderilmesi amacıyla gargara kullanan kadınların oranı %32.8 iken bu oran erkeklerde %53.7 ve toplamda %42.6 olmuştur. Ağız hijyeninin düzeltilmesi amacıyla ağız gargarası kullanımı

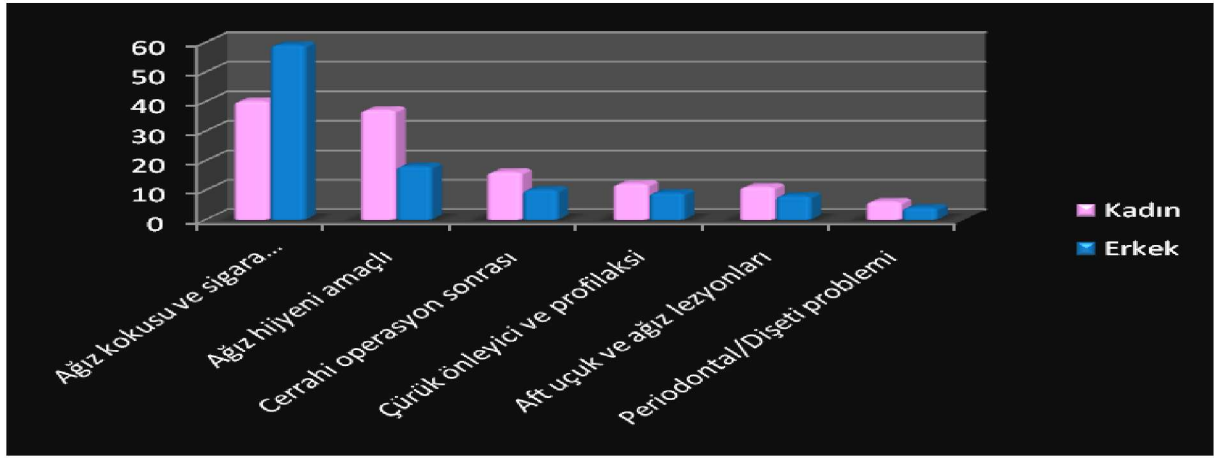
kadınlarda %40.2 bulunurken, erkeklerde bu oran %17.6 ve toplamda %24.3'tür. Cerrahi operasyon sonrası, çürük önleyici ve profilaksi, aft, uçuk gibi ağız lezyonları, dişeti problemleri için ağız gargarası kullananların oranı kadınlarda %36.8, erkeklerde %28.7 ve toplam olarak %33'tür.

Hastalara hangi sıklıkla ağız gargarası kullandıkları sorulduğunda alınan yanıtlara göre

kadınların %32.7'si, erkeklerin %22.2'si ve tüm bireylerin %27.8'i günde 2-3 kez ağız gargarası yapmaktadır. %22.9 kadın ve %26 erkek olmak üzere %24.3 oranında hasta günde 1 kez ağız gargarası yapmaktadır (Tablo 8) (Şekil 7). Nadiren ağız gargarası kullananların oranı kadınlarda %19.6, erkeklerde %33.3 ve toplamda %26.1'dir.

Tablo 7: Hastaların ağız gargarası kullanma amaçları

Hangi amaçla ağız gargarası kullanılıyor?	Kadın	Erkek	Toplam
Ağız kokusu ve sigara kullanımı	40 (%32.8)	58 (%53.7)	98 (%42.6)
Ağız hijyeni amaçlı	37 (%30.3)	19 (%17.6)	56 (%24.3)
Cerrahi operasyon sonrası	16 (%13)	10 (%9.3)	26 (%11.3)
Çürük önleyici ve profilaksi	12 (%9.8)	9 (%8.3)	21 (%9.1)
Aft uçuk ve ağız lezyonları	11 (%9)	8 (%7.4)	19 (%8.3)
Periodontal/Dişeti problemi	6 (%5)	4 (%3.7)	10 (%4.3)
Toplam	122	108	230



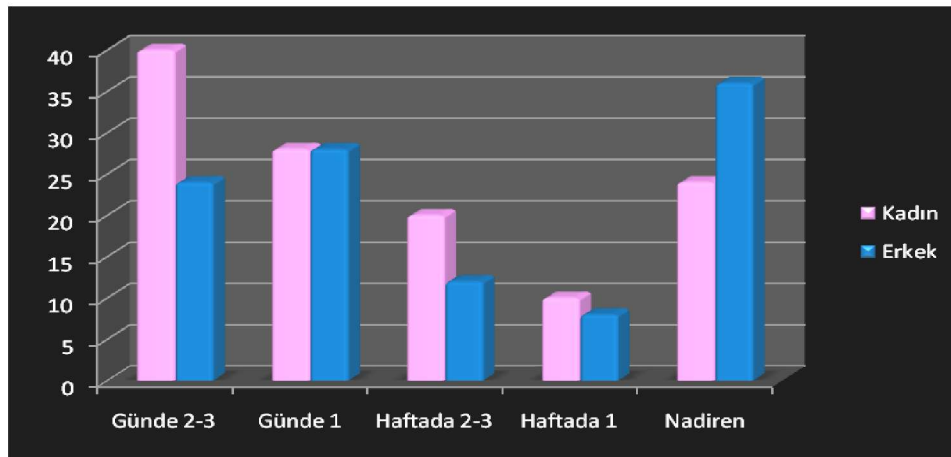
Şekil 6: Hastaların ağız gargarası kullanma amaçları.

Ağız gargarası kullanan hastalar arasında en çok kullanılan markaların %25.2 ile Colgate Plax ve %20.9 ile Oral-B Advantage olduğu görülmüştür. Üçüncü sırada %13 ile Klorheks gelmektedir. %11.3 ile dördüncü sırada yer alan Andorex olmuştur. Bunları %7.8 ile Listerine ve Tantum Verde gargara takip etmektedir. Tercih edilen diğer markalar Kloroben, Hexoral, Tanflex ve Orohex olmuştur.

Hastaların ağız gargarasını alırken, kadınların %70.5'i, erkeklerin ise %48.1'i toplam hasta sayısının %60'ı eczaneyi tercih ettiklerini görmekteyiz. Kadın hastaların %29.5'i, erkeklerin ise %51.8'i, toplam hasta sayısının %40'ı ağız gargarasını marketten aldığı görülmektedir.

Tablo 8: Hastaların ağız gargarası kullanma sıklığı.

Kullanma sıklığı	Kadın	Erkek	Toplam
Günde 2-3	40 (%32.7)	24 (%22.2)	64 (%27.8)
Günde 1	28 (%22.9)	28 (%26)	56 (%24.3)
Haftada 2-3	20 (%13.1)	12 (%11.1)	32 (%14)
Haftada 1	10 (%8.1)	8 (%7.4)	18 (%7.8)
Nadiren	24 (%19.6)	36 (%33.3)	60 (%26.1)
Toplam	122	108	230

**Şekil 7:** Hastaların ağız gargarası kullanma sıklığı.

TARTIŞMA

Bu çalışmada ağız gargaralarının, kentsel kesimdeki kullanım oranları araştırılmış, toplumun ağız gargaralarına bakış açısı ve ağız gargaralarına yönelik bilinci değerlendirilmiştir. Katılımcıların, yaş, cinsiyet, eğitim düzeyleri, diş hekimine gitme sıklığı, ağız gargarasını nasıl öğrendiği, ne amaçla kullandığı, gargarayı kullanım sıklığı, hangi markayı tercih ettiği ve gargarayı nerden aldıkları incelenmiştir.

Anket çalışması 1445 kişiye uygulanmıştır. Katılımcıların %16'sı ağız gargarası kullandığını belirtmiş ve 122 kadın, 108 erkek toplam 230 hasta değerlendirmeye alınmıştır.

Ağız gargarası kullananların yaş grupları ve cinsiyetleri değerlendirildiğinde farklı yaş ve cinsiyet gruplarında gargara kullanımı konusunda önemli farklar olmadığı görülmüştür. Bu sebeple gargara kullanımında cinsiyet ve yaş faktörlerinin belirleyici olduğu söylenememektedir.

Ağız gargarası kullanan 230 katılımcının kentsel kesimden oldukları ve eğitim düzeylerinin yüksek

olduğu gözlenmiştir. Ağız gargarası kullanan bireylerin %44'ünün yükseköğretim mezunu olduğu bulunmuştur. İlköğretim ve ortaokul mezunu bireylerde ağız gargarası kullanımını toplam olarak %16.7'dir. Buradan yola çıkarak ağız gargarası kullanımının, eğitim düzeyi yükseldikçe arttığı söylenebilir.

Ağız gargarası kullanan bireylerin, diş hekimine gitme sıklıkları değerlendirildiğinde, hastaların %64.8'inin düzenli olarak diş hekimine gittiklerini görmekteyiz. Bu oranların yüksekliği, bize ağız gargarası kullanan hastaların ağız ve diş sağlığına verdiği önemin ne kadar fazla olduğunu göstermektedir.

Ağız gargarası kullanım sıklığı değerlendirildiğinde günde 2-3 kez ağız gargarası kullanan hastaların oranının toplamda %23.5, günde 1 kez gargara kullanan bireylerin oranının da %24.3 olduğunu görmekteyiz. Ancak bu oranlar kadın ve erkek hastalar arasında karşılaştırıldığında, kadınların %32.7 oranla günde 2-3 kez gargara yaptığını, erkeklerde ise bu oranın %12.9 olduğunu görmekteyiz. Ayrıca "gargarayı nadiren kullanıyorum" cevabının erkeklerde %42.5, kadınlarda ise

%19.6 oranında olması, kadınların ağız ve diş sağlığına gösterdiği özenin erkeklerden daha fazla olduğunu düşündürmektedir.

Lamster ve ark. tarafından yapılan 6 aylık bir çalışmada, ağız gargarası içindeki alkolün, gargaranın etkisini arttırmaya herhangi bir katkısı olmadığı görülmüştür. Hastalara, esansiyel yağ içerikli bir gargara ve çözücü olarak ise alkollü ve su içerikli gargaralar kullanması söylenmiştir. Sonuçlar arasındaki benzerlik oranının fazlalığı alkolün ek bir fayda sağlamadığını göstermiştir (7). Gordon ve ark. yaptıkları 9 aylık bir çalışmada, alkolün plak ve gingivitis azaltma üzerine etki sağlamada yetersiz olduğunu göstermiştir (8). Alkollü içki kullanımı ile ağız kanseri oluşumu arasındaki ilişki, insanların alkol içerikli gargara kullanımına şüphe ile bakmalarına neden olmuştur (9).

Hastaların verdikleri yanıtlardan çıkan bir diğer sonuç %53 gibi yüksek bir oranla diş hekimi tavsiyesini göz önünde bulundurdıklarıdır. Bu durum, diş hekiminin hastasına ağız gargarası tavsiye ederken reklamlardan etkilenip etkilenmedikleri veya diş hekimlerinin gargaralar konusunda ne derece yeterli bilgiye sahip olup olmadıkları gibi soruları da akla getirmektedir. Hastaların diş hekimine mutlaka gitmesi ve hekimin hastasına gargara kullanmayı tavsiye etmesi gerekmektedir.

Witt ve ark, alkolsüz setilpiridinyum klorür içeren gargaranın antibakteriyel ve antiplak etkisini araştırmışlardır. Araştırmada, hem in-vitro hem de in vivo çalışmanın sonuçları değerlendirilmiştir (10). İn vitro çalışmada, deneklerden alınan tükürük örneklerinde setilpiridinyum klorürün etkinliği sınanırken in vivo çalışmada da 4 günlük parsiyel fırçalama sonucu plak ve mikroorganizmalarda setilpiridinyum klorür test edilmiştir. Listerin ve esansiyel yağ içerikli gargara ile karşılaştırma yapılmış, sonuç olarak alkol içermeyen setilpiridinyum klorürlü gargaranın geniş bir antimikrobiyal aktiviteye sahip olduğu, in vivo çalışmada antiplak etki görülmüş, bu sonucun en azından esansiyel yağ içerikli gargara kadar iyi olduğu ve gargarada alkol bulunmamasının daha geniş bir hasta grubunda kullanılmasına neden olduğu sonucuna varılmıştır (11).

Diğer ilginç bir nokta ise erkeklerin gargara seçiminde yakın çevre tavsiyesine neredeyse diş hekimi tavsiyesi kadar önem verdiklerini göstermektedir. Bu da erkeklerin beklide daha çok sigara içmesi ve bu istenmeyen kokuyu ağız gargarası ile ortadan kaldırmayı düşünmesi

sonucudur. Araştırmamızın sonuçlarına göre, ağız gargarası kullanan bireyler arasında en sık kullanılan markanın Colgate Plax ve Oral-B Advantage olduğu görülmüştür. Bu tip büyük reklam payına sahip olan markaların ilk sıralarda olması bize gargara seçiminde toplumun reklamlardan etkilendiğini düşündürmektedir. Ancak ankette ağız gargarası seçiminde hastaların neyi göz önünde bulundurduğu sorulduğunda, %11,3 gibi bir oranla “reklamlar” yanıtı verilmesi çelişkili bir sonuçtur. Klorheks’in üçüncü sırada olması, son yıllarda fakültemizdeki çürük önleyici çalışmaların artması, klorheksidin glukonat’ın sık kullanılır bir preparat haline gelmesine bağlanabilir.

Akande ve ark. yaptıkları çalışmada, sağlıklı erişkinlerde; setilpiridinyum klorür (Macleans), fenolik bileşik (Colgate Plax) veya gliserin/triklosan (Listerine) olmak üzere üç farklı gargaranın bakteriler üzerine etkisini araştırmıştır. Hastalar üç gruba ayrılmış günde iki kez 10 ml’lik gargara kullanımı sonucunda; setilpiridinyum klorür içerikli gargaranın diğerlerine göre çok daha etkili olduğu ve sağlıklı bireylerin oral hijyen prosedürlerine ilave olarak günde iki kez gargara kullandıklarında, mikroorganizma sayısında düşüşe neden olduğu görülmüştür (12).

Ağız gargaralarının ne amaçla kullanıldıkları değerlendirildiğinde ise erkeklerin %53.7 oranında ağız ve sigara kokusunun giderilmesi ve ferahlık hissini sağlanması gibi kozmetik sebeplerin ön planda geldiğini görmekteyiz. Oysa cerrahi operasyon sonrası, çürük önleyici ve profilaksi, aft, uçuk ve ağız lezyonları, dişeti problemleri gibi sebeplere bağlı olarak ağız gargarası kullanımını toplamda ancak %33 olmuştur. Bu durum bize eğitim düzeyinin yüksek olduğu toplumda bile, ağız gargaralarının birçok etkisinden habersiz olduğunu göstermektedir.

Gargaraların içeriklerindeki farklı maddeler abrasivler içermemekle birlikte üründen ürüne değişir. Diş macunlarından farklı olarak çoğu ağız gargarası koruyucu ve yarı aktif içerik olarak su ve alkol içerir (3, 13). Gargara içeriklerinde ortalama %6-20 alkol bulunur (2). Antiplak etkili bir çok ağız gargarasına (esansiyel yağlar ve klorheksidin içerenler de dahil) antiseptik özellik kazandırmak amacıyla alkol ilave edilmektedir (14). Alkolün antiseptik ve antibakteriyel etkisi sebebiyle anti-plak ajan olarak kullanılması toksik etkilerinden dolayı uygun bulunmamaktadır (2).

Bu çalışmada araştırılan bir diğer nokta ise gargaların nereden alındığıdır. Gargara kullanan bireylerin %60'ı gargarayı eczaneden aldıklarını belirtirken %40'ı gargarayı marketten aldıklarını belirtmiştir. Kadınların büyük çoğunluğu gargarayı eczaneden alırken, bu durum erkeklerde tam tersidir.

Tüm bu bulgular ışığında toplumumuzun eğitim düzeyinin yüksek olduğu kesimlerde bile ağız ve diş sağlığının korunması ve geliştirilmesi konusunda, ağız gargalarının önemi ve etkinliği, yanlış bilgilendirme ve ticari yönlendirmeler sonucunda geri planda kalmış ve toplum bilincinin yetersiz olduğu görülmüştür.

Çalışmamızda toplumun kentsel kesiminde ağız gargarası kullanım oranı, bu konudaki bilinci ve gargaralardan beklentileri araştırılmıştır. Sonuçlar, eğitim düzeyinin yüksek olduğu kesimde bile gargara kullanım oranının %16 olduğunu göstermiştir. Ağız gargarası kullanan hastalar çoğunlukla eğitim düzeyinin yüksek olması ile beraber, bireylerin gargara seçiminde bilinçli davranmadıkları ve genellikle kozmetik sebeplerle ağız gargarası kullandıkları sonucu ortaya çıkmıştır. Bu durumun oluşmasında gargara reklamı yapan firmaların, gargaların daha çok kozmetik amaçlarını ön planda tutmaları mutlaka ürünün satılması açısından firmalara avantaj sağlamakla beraber, toplumun bu konuda bilinçsiz birer tüketici haline dönüşmelerine de sebep olmaktadır. Kullanılan ağız gargarası markalarının da reklam payı fazla markalar olması bu sonuçları destekler niteliktedir. Hastaların gargara seçiminde diş hekimi tavsiyesini göz önünde bulundurmalarına rağmen, reklam payı fazla olan markaların ilk sıralarda olması, diş hekimlerinin de gargalar konusunda yetersiz bilgiye sahip olduklarını ve reklamlardan etkilendiklerini düşündürmektedir.

SONUÇ

Tüm bu bulgular, toplumumuzun eğitim düzeyinin yüksek olduğu kesimlerde bile ağız ve diş sağlığının korunması ve düzeltilmesi konusunda, ağız gargalarının önemi ve etkinliği, yeterince bilgilendirilmemiş ve ticari yönlendirmeler sonucunda gerçek yerini alamamış, ağız gargarası kullanımında toplum bilincinin yetersiz olduğu görülmüştür.

KAYNAKLAR

1. Pathology and Treatment of Periodontal Disease. Pedersen H., P-Löe H (Ed.): Geriatric Dentistry. A Textbook of Oral Gerontology. Munksgaard. Copenhagen, 1986, s. 277-289.
2. Dural EAÖ. Farmakoloji. 2. Baskı. İstanbul: Nobel Tıp Kitabevleri Ltd. Şti. 1995; 303-318.
3. Embery G, Rolla G. Clinical and Biological aspects of dentifrices, OxfordUniversity Press, Oxford, 1992.
4. Oktay İ: Koruyucu uygulamaların ve tıbbi yaklaşımın Dişhekimliği pratiğindeki yeri, TDB 1998; 44: 4-8.
5. Fejerskov O, Ekstrand J, Burt BA. (Ed) Fluoride in dentistry. 2nd ed, Munksgard, Copenhagen, 1996.
6. Gjermo P. Chlorhexidine and related compounds. J. Dent. Res. 1989; 68 (special issue): 1602-8.
7. Lamster IB., Alfano MC., Seiger MC. & Gordon JM. The effect of Listerine antiseptic on reduction of existing plaque and gingivitis. Clin Prevent Dent, 1983; 5: 12-16.
8. Gordon, JM., Lamster, IB. & Seiger MC. Efficacy of Listerine antiseptic in inhibiting the development of plaque and gingivitis. J Clin Periodontol, 1985; 12; 697-704.
9. Winn, DM., Blot, WJ., McLaughlin, JK., Austin, DF., Greenberg, RS., Preston- Martin, S., Schoenberg, J.B. & Fraumeni, J.F. Jr Mouthwash use and oral conditions in the risk of oral and pharyngeal cancer. Cancer Research, 1991; 51: 3044-3047.
10. Witt J., Ramji N., Gibb R., Dunavent J., Flood, J., Barnes J. Antibacterial and antiplaque effects of a novel, alcohol-free oral rinse with cetylpyridinium chloride. J Contemp Dent Pract, 2005; 6: 1-9.
11. Abello R, Buitrago C, Prate CM, DeVizio W, Bakar SK (1990). Effect of a mouthrinse containing triclosan and a copolymer on plaque formation in a normal oral hygiene regimen. Am J Dent, 1990; 3: 557-562.
12. Akande OO., Alada AR. Aderinokun GA., Ige AO. Efficacy of different brands of mouth rinses on oral Bacterial Load Count in Healty Adults. African Journal of Biomedical Research, 2004; 7: 125-128.

13. Addy M, Willis L, Moron J Effect of toothpaste rinses compared with chlorhexidine rinses on plaque formation during a 4-day period. J Clin Periodontol, 1983; 10: 89-99.
14. Ciancio, SG. Alcohol in mouthrinse: lack of association with cancer. Biological Therapies in Dentistry, 1993; 9: 1-2.

Yazışma Adresi:

Doç. Dr. Yavuz GÖMEÇ
İ.Ü. Diş hekimliği Fakültesi
Diş Hastalıkları ve Tedavisi Anabilim Dalı
34390 Çapa/İstanbul
Tel: 02124142020/30302
E-mail: yavuzgom@yahoo.com