

Нужна ли нам жевательная резинка



Исследовательская работа
Выполнила:
ученица 4 класса
Гусева Снежана
Руководитель:
Филиппова Г. И.



Введение

На протяжении многих лет я слышала споры на тему: вредная или полезная жевательная резинка. На сегодняшний день дети имеют только начальные представления о пользе употребления жевательной резинки и что очень важно - о возможных **негативных последствиях** ее применения.

По мнению врачей - стоматологов этому может быть способствует и крайне малое число отечественных научных исследований, посвященных изучению продуктов, предназначенных для жевания. А появляющиеся обзоры литературы не снимают остроты проблемы, так как практически не затрагивают отрицательного действия этих продуктов на организм.



Тема исследовательской работы: «Нужна ли нам жевательная резинка».

Целью, которой является: изучение положительных и отрицательных воздействий жевательной резинки на организм человека.

Решение поставленной цели я буду осуществлять через ряд **задач**:

- Ознакомиться с историей возникновения жевательной резинки.
- Изучить полезные и негативные свойства жевательной резинки.
- Провести анкетирование учащихся школы.

Объект исследования: Жевательная резинка (Orbit, Dirol, Stimorol).

Гипотеза: Если учащиеся используют жевательную резинку, то это негативно влияет на их здоровье.



История появления жевательной резинки



Менее чем за 100 лет жевательная резинка стала одним из самых широко распространённых в мире пищевых товаров. Ныне на родине жевательной резинки, в США, продаётся более 100 сортов жвачки.



Индейцы Майя

В далекие времена, когда настоящих жевательных резинок еще не изготавливали, люди жевали смолу деревьев, листья и некоторые травы. Индейцы майя и некоторые другие жители Центральной Америки жевали смолу дерева каучу. Надрезав кору, они собирали белый сок, вытекающий из-под нее.



Через несколько минут он делался темным, вязким, тягучим. В таком виде его и употребляли как жвачку. Индейцы других племен, например, в Новой Англии, жевали еловую смолу, и колонисты, хлынувшие сюда из Европы, переняли у них эту привычку.



У нас во многих деревнях были умельцы, которые варили жвачку из березовой коры. Сварив густую пахнущую массу, они катали из нее отдельные комочки. Очень аппетитно выглядели эти темно-шоколадные комочки! А чтобы они не засыхали и не затвердевали, хозяйка держала их залитыми водой в посудине.



В 1848 году лавочник Джон Кертис начал первым в мире производить жвачку - он просто расфасовывал в бумажки кусочки смолы. Позднее для этой цели он стал использовать дешёвый парафин, в который для придания приятного запаха добавлялись специи. Но его продукт не выдерживал длительного хранения.



**Мексиканский
генерал Антонио
Лопес де Санта
Анна**

Настоящая жевательная резинка была изобретена в 1869 году мексиканским генералом Антонио Лопес де Санта Анна. Ему помогал изобретатель Томас Адамс, который в 1871 году создал первую машину по производству жевательной резинки.

А теперь без преувеличения можно сказать, что жевательную резинку жует весь мир.

Состав жевательной резинки



По мнению академика Тодора Дичева, большинство жевательных резинок **вместо защиты зубов** и десен содержат такие компоненты, которые сами являются причиной таких заболеваний зубов, десен и **ПОЛОСТИ** рта, как *кариес, пародонтоз*.



Проанализировав состав наиболее популярных жевательных резинок (Orbit, Dirol, Stimorol), выявила компоненты, содержащиеся в них: подсластители, резиновая основа, ароматизаторы натуральные, идентичные натуральным и искусственные, стабилизатор Е 422, загуститель Е 414, эмульгатор Е 322, краситель Е 171, глазурь Е 903, антиоксидант Е 320.



Из справочника "Санитарные правила и нормы СанПин" я узнала, что: стабилизатор Е 422 - это глицерин. Так, глицерин при всасывании в кровь обладает сильными токсическими свойствами, вызывая достаточно серьезные заболевания крови, например, такие, как гемолиз, гемоглобинурию, а также инфаркты почек. Эмульгатор Е322 - это лецитин. Лецитин получают, как правило, из сои. Содержится он в яичном желтке. Это ценное вещество является важным поставщиком фосфора для нашего организма и помогает регулировать жировой обмен. Лецитины ускоряют слюновыделение, что в свою очередь, приводит к постепенному нарушению работы пищеварительного тракта. Антиоксидант Е 320 - это бутилгидроксианизол. При частом употреблении продукции, содержащей **антиоксидант**, повышается содержание холестерина в крови.



Кислота E330 – это лимонная кислота.

Долгое и неконтролируемое употребление лимонной кислоты может вызвать серьезные **заболевания крови**. **Загуститель E414** – это гуммиарабик, **глазурь E903** – это карнаубский воск. Он придает глянец и блеск продукту. Оболочка из глазури не дает высыхать продукту, не пропускает жир изнутри и влагу снаружи.

Ароматизаторы, идентичные натуральным и искусственные, содержатся в жвачке. Для того чтобы изготовить натуральный ароматизатор, используют плоды, ягод, листья, цветы и другое природное сырье. Идентичные натуральным ароматизаторы получаются, когда к натуральному экстракту добавляют небольшое количество веществ, синтезированных химическим путем. Такие ароматизаторы отличаются высоким качеством и насыщенным вкусом, при этом абсолютно безвредны для здоровья.



Данные ингредиенты в определенных пропорциях и концентрациях патологически не воздействуют на организм человека.



[К содержанию](#)

Полезные свойства жевательной резинки



С точки зрения стоматологии впервые, час-полтора после приема пищи жвачка способствует выработке желудочного сока, что помогает перевариванию пищи.

Жевательная резинка вычищает жевательную поверхность зубов. Жевание резинки полезно как для гигиены полости рта, так и для улучшения состояния десен. Именно сегодня наблюдается тенденция использования жевательной резинки в качестве *универсального защитного средства*.

Жевательная резинка с полирующими свойствами, уничтожает зубной камень и тормозит развитие микроорганизмов в полости рта.



Кроме того, у детей жевание резинки укрепляет челюсти, у старшего поколения улучшает работу слюнных желез. Жевательная резинка освежает полость рта; ее часто жуют те, кто хочет бросить курить.



Негативное влияние жевательной резинки



Вместе с тем в ряде случаев жевательная резинка может оказывать и негативное влияние:

1. Со стороны желудочно-кишечного тракта (**гастриты, язвы желудка**) наиболее опасным является употребление жевательных резинок на голодный желудок.

2. От сахаросодержащих жвачек лучше отказаться совсем, так как их употребление – прямая дорога к заболеванию кариесом.

3. Надувные жевательные резинки **нарушают прикус** у детей.

4. На прилепленной под школьную парту жвачку несколько дней живут **микробы** больного школьника, жевавшего ее.



Кариес зубов



5. Огромный процент **поддельной жвачки** на рынке могут содержать ингредиенты, способные вызвать местные и общие аллергические реакции.

6. Из-за нее ломаются зубы и **выпадают пломбы**.

7. Следует избегать заглатывания жвачки, поскольку она может накапливаться в толстом кишечнике и со временем приводит к его непроходимости.



Пломбировка зубов

Язва желудка

8. Вызывает привыкание.

9. И самое главное, необходимо помнить: ни одна жевательная резинка не заменяет обязательную двухразовую чистку зубов щеткой.

Анкетирование учеников

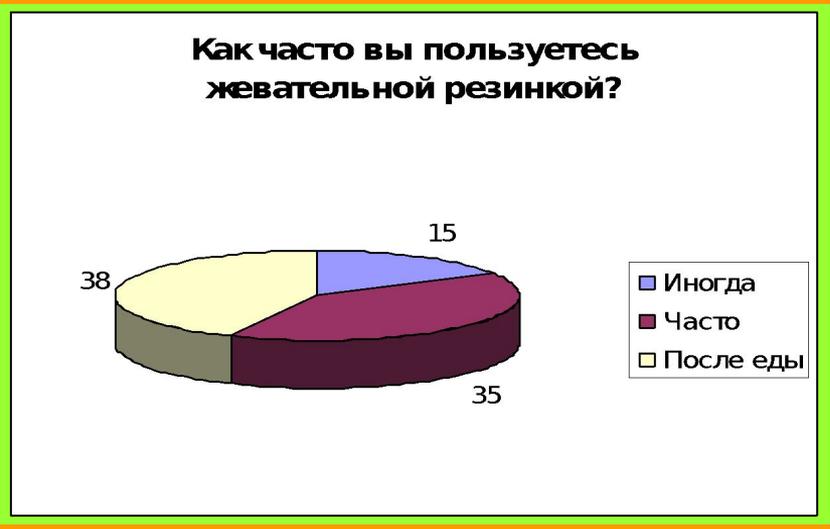
Я провела анкетирование среди учащихся нашей школы (1 - 9 кл.) с целью изучения представления детей о пользе и возможных негативных последствиях использования жевательной резинки. В анкетировании участвовало 22 ученика. Результаты анкетирования отражены в диаграммах.



Для анализа я выбрала варианты ответов набравшие наибольшее количество процентов. Полученные результаты свидетельствуют о том, что: 31% опрошенных учащихся используют жевательную резинку, чтобы удалить остатки пищи, 25% - освежить дыхание, 22% - получить удовольствие, 10% нравится вкус.

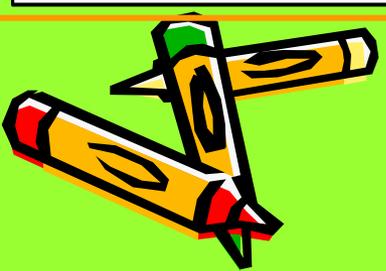
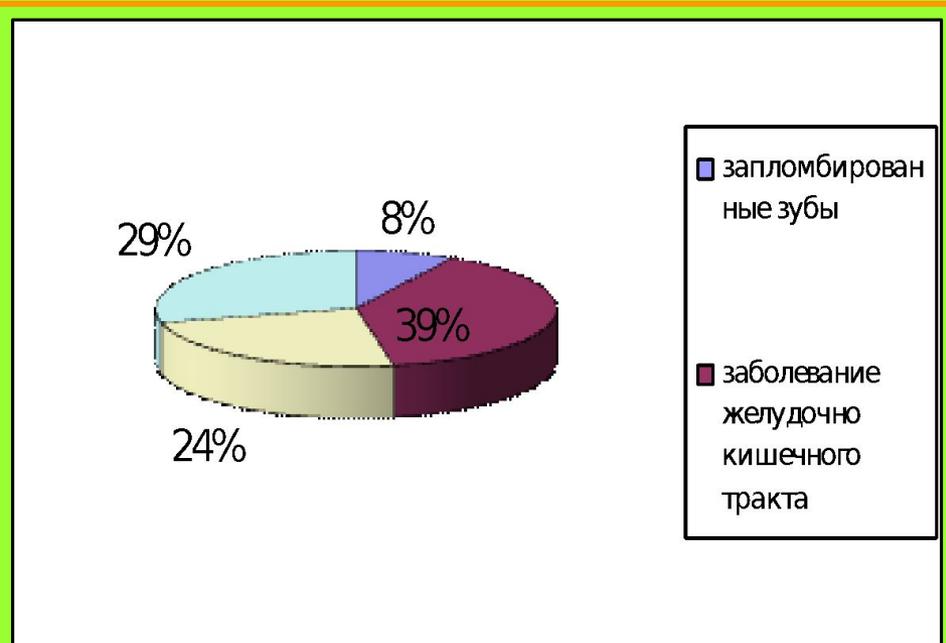


35% учащихся пользуются жевательной резинкой часто, 38% - после еды, 15% - иногда



41% учащихся предпочитают жвачку «Дирол», 27% - «Орбит», 20% - «Стиморол».

47% опрошенных считают, что жевательная резинка чистит зубы от остатков пищи, 33% освежают дыхание, 8% не знают.



А так же учащиеся знают и о негативных последствиях жевательной резинки:

- наличие запломбированных зубов 8 % учащихся;
- заболевание желудочно-кишечного тракта 39% учащихся;
- заболевание кариесом 24% учащихся.
- 29% не знают.

Я вывела несколько правил, при соблюдении которых жевательная резинка не оказывает отрицательного воздействия на организм человека:

- Жевательная резинка не должна содержать сахар.
- Жевать её надо только после еды в течение 20 минут.
- Недопустимо заглатывание жевательной резинки.
- Используемая жевательная резинка должна быть произведена известной фирмой, положительно зарекомендовавшей себя на рынке и строго следящей за качеством своей продукции.
- Жевать жвачку следует аккуратно. Без демонстрации «спецэффектов», особенно если вы находитесь в общественных местах.

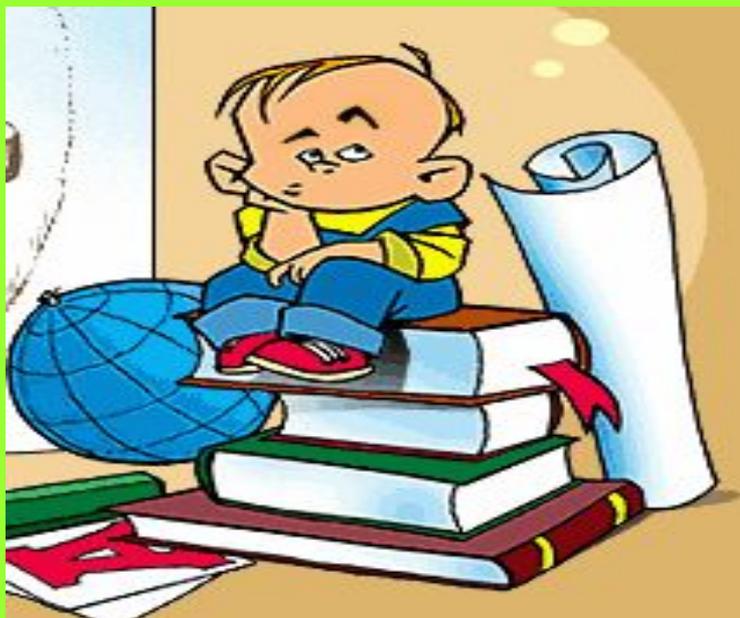


Вывод



Работая по теме исследования, я пришла к выводу, что умеренное употребление жвачки служит профилактике стоматологических заболеваний и не наносит вреда организму. Наша гипотеза о том, что жевательная резинка негативно влияет на здоровье детей, не подтвердилась.

Данный материал можно использовать на урокахвалеологии, этики, классных часах о здоровом образе жизни, родительских собраниях.



Литература

1) Я познаю мир: /Детская энциклопедия: История вещей/
Составители Н. Ю. Буянова и др. - М.: ООО «Издательство АСТ -
ЛТД», 1998 - 480 с.

О. Остапчук .

2) Детская энциклопедия: Шоколад. - ЗАО «Аргументы и факты -
детям», 2002 - 63 с.

