title: Топ-10 лучших зубных нитей %_year_%: какую купить, рейтинг вощеных, невощеных и нитей с держателем

descr: Рейтинг лучших зубных нитей в %_year_% году с плюсами и минусами, отзывы. В проекте «Здоровье Mail» рассказываем, как выбрать хорошую зубную нить и флоссер

url: /luchshie-zubnye-niti/

Дисклеймер: нет

Картинки: да

Топ-10 лучших зубных нитей в %_year_% году: рейтинг редакции «Здоровье Mail»

Собрали лучшие зубные нити в %_year_% году. Разбираем, что такое флоссеры, чем вощеные нити отличаются от невощеных и как пользоваться теми и другими.

Зубная нить (или флосс) — это средство для тщательной очистки межзубных промежутков и линии десен: тех зон, что недоступны для большинства зубных щеток. Именно там часто скапливаются остатки пищи и мягкий налет, который со временем твердеет и превращается в зубной камень, создавая условия для развития кариеса, гингивита и даже пародонтита. Использование зубной нити помогает свести риск этих заболеваний к минимуму.

В продаже можно найти огромное разнообразие флоссов: вощеные, невощеные, круглые, плоские, с запахом, без запаха, фторированные, с антибактериальными пропитками и многие другие. В этом материале мы выделили десять лучших зубных нитей в %_year_% году из разных категорий:

- **вощеные**: Splat Professional DentalFloss с клубникой, Jungle Story шелковая, PRESIDENT Antibacterial и TISWELL с ксилитом;
- **невощеные**: Revyline SmartFloss, ORAL-B Essential Floss и Biorepair Filo Non Cerato Ultrapiatto;
- **с держателем**: BEIBER 2 в 1, PECHAM Flosser PC-600 и Plackers Sensitive.

Обзор лучших зубных нитей

Здесь вы можете кратко ознакомиться с зубными нитями, которые ниже будут описаны подробнее.

Лучшие вощеные зубные нити

Название	Описание	Цена

SPLAT Professional DentalFloss	Расширяющаяся нить для широких межзубных промежутков, пахнет клубникой и содержит антисептик биосол	от 207 руб.*
Jungle Story шелковая	Шелковая нить, покрытая растительным воском. Продается в стеклянном многоразовом флаконе	от 456 руб.*
PRESIDENT Antibacterial	Плоская нить для доступа в узкие промежутки, содержит хлоргексидин, имеет мягкий аромат мяты	от 262 руб.*
TISWELL с ксилитом	Круглая нить, покрытая пчелиным воском. Содержит три антибактериальных компонента: ксилит, масло мяты и экстракт магнолии	от 241 руб.*

Лучшие невощеные зубные нити

Название	**Описание**	**Цена**
Revyline SmartFloss	Нить без запаха, расширяется при использовании. Для удобства разделена на равные отрезки	от 489 руб.*
ORAL-B Essential Floss	Классическая круглая невощеная нить, легко проникает в узкие участки, имеет удобный футляр	от 305 руб.*
Biorepair Ultrapiatto	Очень тонкая и широкая нить, разработана для самых узких промежутков. Обогащена минералами для укрепления эмали	от 705 руб.*

Лучшие зубные нити с держателем

Название	Описание	Цена
BEIBER с зубочисткой	Флоссеры комбинируют круглую вощеную нить и зубочистку, выпускаются в разных форматах упаковки. Одобрены стоматологами	от 173 руб.*
PECHAM Flosser PC-600	Флоссеры с плоской невощеной нитью без запаха. Хорошо подходят для плотно стоящих зубов	от 183 руб.*
Plackers Sensitive	Многоразовые флоссеры с очень тонкой, не сильно натянутой нитью. Подходят для чувствительных десен	от 399 руб.*

Критерии составления рейтинга

Оценивали зубные нити для подборки по следующим критериям.

- **Производитель**. Отобрали нити известных брендов с хорошей репутацией. Особое предпочтение отдали производителям, специализирующимся на товарах для гигиены полости рта.
- **Прочность**. Выбрали наиболее надежные материалы, такие как нейлон, полиэстер, шелк, тефлон.
- **Комфорт.** Изучили отзывы и убедились, что выбранными нитями удобно и приятно пользоваться.
- **Цена.** Так как зубные нити быстро расходуются, мы включили в рейтинг варианты с доступными ценами.

Рейтинг лучших вощеных зубных нитей

Вощеные зубные нити покрываются тонким слоем воска. Он может быть синтетическим, растительным или пчелиным, но задача у него всегда одна — обеспечивать лучшее скольжение. Это упрощает чистку, особенно если зубы расположены близко друг к другу. Однако есть и обратная сторона: из-за повышенной

скользкости может потребоваться некоторая сноровка, чтобы уверенно держать вощеную нить в руках.

1. SPLAT Professional DentalFloss с клубникой

Нить итальянского производства с клубничным ароматом. Во время использования она распушается и потому хорошо подходит для очищения широких промежутков между зубами. Благодаря добавлению биосола оказывает легкий бактерицидный эффект.

Характеристики

Бренд	SPLAT
Тип нити	Расширяющаяся
Материал	Полиэстер
Длина	30 м
Аромат	Клубника
Цена	От 207 руб.*

Плюсы и минусы

Плюсы:

- пахнет клубникой, подходит тем, кому не нравится мята;
- имеет натуральную бактерицидную пропитку;
- хорошо очищает широкие межзубные промежутки**;
- блистер изготовлен из переработанного пластика.

Минусы:

- не подходит, если зубы плотно прилегают друг к другу;
- небольшой метраж.

Где купить

- Splatglobal.com
- Ozon

- Wildberries

2. Jungle Story шелковая

Максимально экологичный вариант. Нить изготовлена из натурального шелка и покрыта растительным воском. Вместо пластиковой упаковки — многоразовый стеклянный флакон: когда нить закончится, достаточно просто заменить катушку на новую. Также у производителя есть изделия из кукурузного крахмала — они подходят для веганов.

Характеристики

Бренд	Jungle Story
Тип нити	Круглая
Материал	Шелк
Длина	30 м
Аромат	Мята
Цена	От 456 руб.*

Плюсы и минусы

Плюсы:

- упаковка и нить сделаны из безопасных для экологии материалов;
- компактный флакон помещается даже в маленькие карманы;
- есть два аромата на выбор;
- канделильский воск имеет антисептические свойства.

Минусы:

- не всем подходит толщина;
- сложно купить офлайн.

Где купить

- Wildberries
- Ozon

- Goldapple.ru

3. PRESIDENT Antibacterial

Благодаря плоской форме эта нить легко проникает в наиболее узкие пространства и подходит людям с плотными зубными рядами. В пропитку добавлен хлоргексидин, который подавляет активность бактерий. Продается в двух вариантах: длиной 12 и 50 м.

Характеристики

Бренд	PRESIDENT
Тип нити	Плоская
Материал	Нейлон
Длина	12 и 50 м
Аромат	Мята
Цена	От 262 руб.*

Плюсы и минусы

Плюсы:

- удобный футляр с крышкой на защелке и острым лезвием для отрезания нити;
- два варианта длины;
- в составе пропитки есть хлоргексидин, подавляющий рост бактерий;
- подходит для очищения плотно стоящих зубов;
- аромат мяты мягкий, ненавязчивый.

Минусы:

- бывает, что нить во время использования распадается на волокна**;
- футляр 50-метровой нити довольно габаритный;
- некоторым покупателям запах кажется слишком слабым**.

Где купить

- Ozon

- Яндекс Маркет
- Wildberries

4. TISWELL с ксилитом

Нить содержит сразу несколько антибактериальных компонентов: ксилит, масло мяты и экстракт коры магнолии. Это способствует снижению риска кариеса, а также обеспечивает свежесть дыхания. По толщине изделие универсально: подходит большинству покупателей, в том числе с узкими межзубными промежутками.

Характеристики

Бренд	TISWELL
Тип нити	Круглая
Материал	Полиэфир
Длина	50 м
Аромат	Мята
Цена	От 241 руб.*

Плюсы и минусы

Плюсы:

- один из самых универсальных вариантов — подходит для любых межзубных промежутков;
- не растягивается и не рвется**;
- в составе три антисептических компонента;
- качество подтверждено пятью лабораторными тестами;
- недорого стоит.

Минусы:

- покрытие из пчелиного воска может не подойти людям с аллергией.

Где купить

- Ozon

- Яндекс Маркет
- Wildberries

Рейтинг лучших невощеных зубных нитей

Если вам не нравится гладкость вощеных нитей, обратите внимание на невощеные аналоги. Они не скользят в пальцах и позволяют точнее контролировать движения. Но из-за отсутствия покрытия могут вызывать дискомфорт при прохождении между плотно стоящими зубами, а также застревать или пушиться.

1. Revyline SmartFloss расширяющаяся

Нить разделена на 50 одинаковых отрезков, что избавляет от необходимости каждый раз определять нужную длину на глаз. Футляр сделан из прозрачного пластика, поэтому пользователь всегда видит, сколько нити осталось. А любители нейтральных запахов оценят отсутствие ароматизаторов.

Характеристики

Бренд	Revyline
Тип нити	Расширяющаяся
Материал	Нейлон
Длина	21 м
Аромат	Без запаха
Цена	От 489 руб.*

Плюсы и минусы

Плюсы:

- удобно отрезать нужную длину;
- подходит тем, кому не нравятся ароматизированные нити;
- прозрачный футляр позволяет видеть остаток;
- подходит для очищения любых промежутков, а также брекетов.

Минусы:

- высокая цена;

- короткая длина.

Где купить

- Revyline.ru
- Doctorslon.ru
- Ozon

2. ORAL-B Essential Floss невощеная

Одна из классических нитей, которая подходит в большинстве случаев. Несмотря на отсутствие воска, она достаточно легко проскальзывает между зубами даже в труднодоступных местах. Также покупатели отмечают высокую прочность и экономичный расход.**

Характеристики

Бренд	ORAL-B
Тип нити	Круглая
Материал	Нейлон
Длина	50 м
Аромат	Мята
Цена	От 305 руб.*

Плюсы и минусы

Плюсы:

- не рвется и не пушится;
- хорошо проникает в узкие промежутки**;
- не скользит в руках**;
- футляр не занимает много места.

Минусы:

- стоит дороже вощеных аналогов;
- не везде продается.

Где купить

- Wildberries
- Ozon
- Яндекс Маркет

3. Biorepair Filo Non Cerato Ultrapiatto

Зубная нить Biorepair отличается очень тонкой, но при этом довольно широкой формой, которая позволяет одним движением захватывать максимум загрязнений. Кроме того, способствует укреплению эмали благодаря содержанию специальных минеральных частиц.

Характеристики

Бренд	Biorepair
Тип нити	Плоская
Материал	Нейлон
Длина	30 м
Аромат	Мята
Цена	От 705 руб.*

Плюсы и минусы

Плюсы:

- подходит для очень близко стоящих зубов;
- содержит уникальный компонент, укрепляющий эмаль;
- обработана антибактериальным веществом;
- в футляре есть окошко, чтобы видеть остаток нити.

Минусы:

- для некоторых жестковата**;
- метраж короче, чем у многих конкурентов.

Где купить

- Doctorslon.ru
- Яндекс Маркет
- Rivegauche.ru

Рейтинг лучших зубных нитей с держателем

Зубные нити с держателем по-другому называют флоссерами. С ними не нужно наматывать нить на пальцы и постоянно следить за натяжением. Такой формат особенно удобен детям, людям с ограниченной подвижностью рук, а также тем, кто только начинает пользоваться флоссом и еще не освоил технику. Но важно учитывать, что держатели менее маневренны, чем классические нити, и не всегда позволяют дотянуться до труднодоступных участков.

1. BEIBER Зубная нить с зубочисткой

Компактные флоссеры с вощеной нитью на одной стороне и зубочисткой на другой. Продаются в кейсах по 55 штук и в ziplock-пакетах по 150 штук: первый вариант удобно носить с собой, а второй — держать дома.

Характеристики

Бренд	BEIBER
Тип нити	Круглая, вощеная
Материал	Нейлон
Количество в упаковке	55 или 150 шт.
Аромат	Мята
Цена	От 173 руб.*

Плюсы и минусы

Плюсы:

- позволяют доставать до задних зубов;
- одобрены Стоматологической Ассоциацией России;
- продаются в больших и маленьких упаковках;

- доступная цена.

Минусы:

- нить может быть слишком толстой для узких промежутков;
- запах мяты некоторые покупатели почти не ощущают**.

Где купить

- Ozon
- Wildberries
- Letu.ru

2. PECHAM Flosser PC-600

Внешне эти флоссеры похожи на предыдущие, но нить здесь отличается. Она невощеная и плоская, за счет чего лучше подходит для плотно расположенных зубов. Ароматизаторов в пропитке нет, так что если предпочитаете минимум добавок — это удачный вариант.

Характеристики

Бренд	PECHAM
Тип нити	Невощеная, плоская
Материал	Нейлон
Количество в упаковке	50 шт.
Аромат	Без запаха
Цена	От 183 руб.*

Плюсы и минусы

Плюсы:

- подходят для труднодоступных областей;
- не имеют запаха;
- упакованы в удобный, прочный кейс;
- ручка из крепкого пластика.

Минусы:

- не везде продаются;
- по отзывам, зубочистка недостаточно тонкая для узких промежутков**.

Где купить

- Pecham.ru
- Ozon
- Mm.ru

3. Plackers Sensitive

У этих флоссеров очень тонкая и не сильно натянутая нить, поэтому риск поранить ей десны минимальный. А высокая прочность позволяет использовать ее несколько раз: достаточно просто мыть после каждой чистки. Также в ручку встроена зубочистка, которая не мешает, когда не нужна.

Характеристики

Бренд	Plackers
Тип нити	Tuffloss
Материал	Тефлон
Количество в упаковке	36 шт.
Аромат	Мята
Цена	От 399 руб.*

Плюсы и минусы

Плюсы:

- держатель сделан из переработанного пластика;
- нить разработана для чувствительных десен;
- каждый флоссер можно использовать многократно;
- в комплекте есть чехол для хранения.

Минусы:

- высокая цена.

Где купить

- Ozon
- Doctorslon.ru
- Dent-mart.ru

Как выбрать хорошую зубную нить

Большинство зубных нитей эффективно выполняют свои функции, а основные отличия между ними — в удобстве и ощущениях при использовании. Чтобы понять, какая нить подходит именно вам, скорее всего, придется перепробовать несколько вариантов. Советы ниже помогут разобраться в особенностях каждого типа и упростят выбор.

Тип нити

Есть три основных типа зубных нитей:

- Плоские — подходят для людей с плотными зубными рядами, так как легче проходят в узкие промежутки;
- Круглые — немного толще и могут быть удобнее при нормальных или широких межзубных промежутках;
- Расширяющиеся — при использовании слегка увеличиваются в объеме, заполняя пространство между зубами, подходят для широких или неравномерных промежутков.

Выбор зависит от анатомии зубов и ощущений во время чистки. Самое главное, чтобы нить свободно проходила между поверхностями и не травмировала десны.

Вощение

Выбор между вощеной и невощеной зубной нитью зависит от расстояния между зубами и личных предпочтений. Вощеные нити легче скользят и реже пушатся, что удобно при тесно расположенных зубах. Минус в том, что из-за гладкости их непросто держать в руках. Невощеные нити обычно тоньше и их проще удерживать в пальцах, но они с трудом проходят в узкие промежутки. Если вы только начинаете пользоваться нитью, вощеный вариант, скорее всего, будет более комфортным. Также можно рассмотреть флоссеры.

Пропитка

Зубная нить может содержать антибактериальные вещества, фтор, ароматические масла и другие компоненты. Наиболее полезными из этих добавок являются антисептики, а фтор, например, не несет ни вреда, ни пользы: контакт зубной нити с эмалью совсем короткий, и он не успевает подействовать. Ароматизаторы делают

процесс чистки более приятным, но нравятся не всем, поэтому ориентируйтесь на свой вкус.

Комментарий эксперта

О том, почему важно использовать зубную нить и что делать при воспалении десен, рассказывает **Анастасия Горкунова, врач-стоматолог, кандидат медицинских наук со стажем работы 16 лет**:

«У каждого зуба пять поверхностей, а зубная щетка очищает лишь три. Контактные поверхности между зубами остаются недоступными, а ведь именно там скапливаются остатки пищи и часто образуется кариес. Поэтому очищение межзубных промежутков необходимо, и для этого используется зубная нить. Однако она является дополнительным средством гигиены и, конечно же, не заменяет ежедневную чистку зубов обычной щеткой.

Пользоваться зубной нитью можно всем, и детям в том числе. Но важно использовать ее правильно, чтобы не травмировать десну.

При воспалении десен, которое часто сопровождается кровоточивостью и болезненностью во время чистки, многие начинают щадить себя и ухудшают гигиену полости рта. Это распространенная, но опасная ошибка. Даже при воспалении важно продолжать тщательную чистку зубов с использованием как основных, так и дополнительных средств. А главное — обязательно обратиться к стоматологу, чтобы определить и устранить причину воспаления».

Вопросы и ответы

Как правильно пользоваться зубной нитью?

Возьмите отрезок нити длиной 20 см. Накрутите на пальцы. Удерживайте ее так, чтобы между большими пальцами оставалось расстоянии не более 1 см. Аккуратно заведите нить в межзубной промежуток по одной поверхности одного зуба и выведите по контактной поверхности соседнего зуба. Это единственный способ контролировать флосс без риска травмировать десну. Повторите так во всех промежутках.

Чем отличаются вощеные и невощеные зубные нити?

Вощеная нить обработана воском, благодаря чему она гладкая и легко проходит даже в узкие промежутки. Это особенно удобно для начинающих или тех, у кого зубы плотно прилегают друг к другу. Невощеная нить более тонкая и шероховатая, поэтому требует аккуратного обращения. Также есть мнение, что она лучше удаляет налет. Часто невощеные варианты выбирают опытные пользователи с нормальными межзубными промежутками.

Что лучше: флоссер или зубная нить?

Флоссер удобно держать в руке и легко направлять, поэтому он подходит тем, кто испытывает трудности с классической нитью, детям или людям с ограниченной

подвижностью рук. Однако обычный флосс без держателя позволяет точнее контролировать давление и натяжение, лучше охватывать поверхность зуба, а также использовать новый участок нити для каждого промежутка. Если важна гигиеничность и точность — предпочтительнее обычный вариант. Если удобство и скорость — флоссер.

** Цены актуальны на момент публикации материала.*

*** На основе отзывов на Яндекс Маркете, IRecommend, Ozon, Wildberries, Мегамаркете.*

Автор: Талико Чкадуа

Эксперт: Анастасия Горкунова, врач-стоматолог, кандидат медицинских наук

Фото

Уник: 100%