

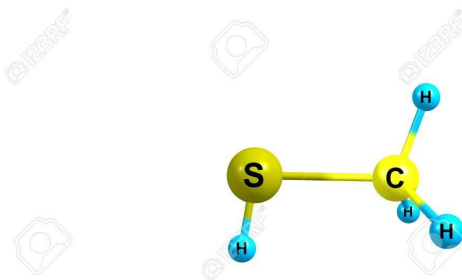
# Perché la mattina l'alito è cattivo?



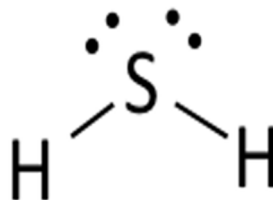
Quando si dorme si produce pochissima saliva, per cui i microbi proliferano e ci fanno svegliare con l'alito pesante. Se ci si lava i denti prima di andare a letto, si riduce il numero di batteri con cui si va a dormire.

Le esalazioni della mattina, prodotte dai batteri sono circa di **150 tipi**, tra cui le **preponderanti** che contribuiscono all'alito cattivo sono:

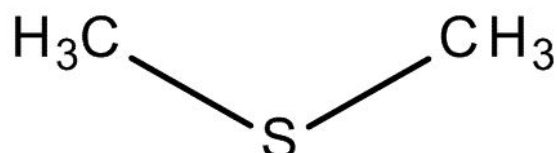
- il metantiolo (**odore di cavolo stantio**)



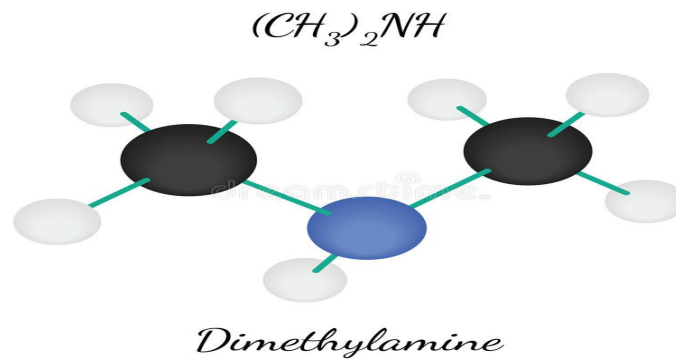
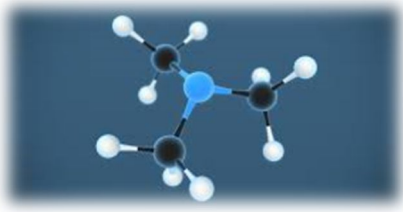
- l'acido solfidrico (**uova marce**)



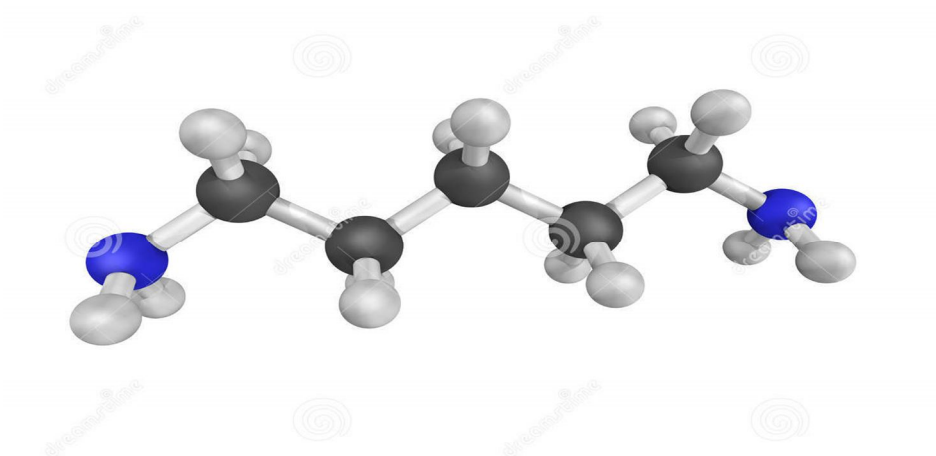
- il solfuro dimetile (**alghe viscide**)



- dimetilammina e trimetilammina (**pesce maleodorante**)



- la cadaverina (**nomen omen**)



Lingua, denti e gengive sono, in termini **microbici**, continenti diversi, con ciascuno le sue colonie di microrganismi. Nella bocca sono state trovate circa **1000 specie di batteri**.

**Altra curiosità:** spegnere le candeline, aumenta del 1400% la quantità di batteri sulla torta.