

پوسیدگی دندان

نام سند	پوسیدگی دندان(دانش آموزان)
نگارش	اول
تاریخ صدور	۱۳۸۴
نام کامل فایل	پوسیدگی دندان(دانش آموزان)
شرح سند	پوسیدگی دندان(دانش آموزان)
نویسنده/مترجم	دفتر سلامت دهان و دندان

مقدمه :

مطالعات و تحقیقات انجام گرفته نشان می دهد که پوسیدگی دندان بطور چشمگیری در بین افراد جامعه شایع است. این مسئله بیانگر این مهم است که وجود پوسیدگی دندان بعنوان یکی از اولویت های بهداشتی درمانی جامعه امروز بوده و به برنامه ریزی دقیق آموزشی و بهداشتی در زمینه پیشگیری نیاز دارد. آخرین نتایج بررسی های وضعیت دهان و دندان کودکان ۶ – ۳ سال نشان می دهد که کودکان ایرانی ۳ سالگی خود را با حدود ۲ دندان شیری پوسیده و ۶ سالگی را با ۵ دندان شیری پوسیده سپری می کنند

تعریف پوسیدگی:

پس از خوردن غذا چنانچه بهداشت دهان و دندان رعایت نشود ، لایه ای میکروبی بر روی سطوح دندان ها تشکیل می گردد که با گذشت زمان میکروب های موجود در این لایه مواد قندی را به اسید تبدیل می کنند ، این اسید مینای دندان را به مرور حل کرده و پوسیدگی ایجاد می شود.

عوامل پوسیدگی را عبارتند از:

- الف) عدم رعایت صحیح و به موقع بهداشت دهان و دندان (عدم استفاده از مسواک و نخ دندان)
- ب) مصرف نامناسب مواد قندی
- ج) مقاومت شخص و دندان

محل های شایع پوسیدگی:

- ۱ - **شیارهای سطح جونده:** در سنین اولیه رویش در دندانهای آسیای دایمی که دارای شیارهای عمیق می باشند به دلیل تجمع مواد غذایی در بین شیارها، احتمال ایجاد پوسیدگی خیلی زیاد است.
- ۲- **سطوح بین دندانی:** بعلت عدم دسترسی موهای مسواک به این منطقه و عدم استفاده از نخ دندان، میزان تجمع مواد غذایی و در نهایت احتمال پوسیدگی در این سطوح بالاست.
- ۳ - **طوق دندان یا ناحیه اتصال لثه با دندان:** معمولا میکروبها در ناحیه طوق دندان تجمع می یابند. بنابراین اگر در هنگام مسواک کردن وقت کافی برای تمیز کردن این ناحیه صورت نگیرد پوسیدگی طوق دندان ایجاد می شود.

علائم پوسیدگی:

- الف) تغییر رنگ مینای دندان به قهوه ای یا سیاه
- ب) سوراخ شدن دندان در محل پوسیدگی
- ج) حساس بودن یا درد گرفتن دندان در موقع خوردن غذاهای سرد ، گرم ، ترش یا شیرین
- د) حساس بودن یا درد گرفتن دندان وقتی که دندانها را روی هم فشار می دهیم
- ه) بوی بد دهان
- و) گیر مواد غذایی بین دندانها و یا پاره شدن نخ دندان در هنگام استفاده در پوسیدگی بین دندانی

بنابراین برای داشتن دندان سالم:

- ۱- استفاده مرتب و صحیح از مسواک و خمیر دندان
- ۲- استفاده از نخ دندان جهت تمیز کردن سطوح بین دندانی
- ۳- کاهش دفعات مصرف مواد قندی
- ۴- استفاده از ترکیبات حاوی فلوراید از جمله دهانشویه سدیم فلوراید
- ۵- مراجعه منظم به دندانپزشک

منبع مورد استفاده در تدوین متون آموزشی				
نوع منبع	عنوان	مؤلف/تهیه کننده	تاریخ تهیه	محل انتشار
کتاب	سلامت دهان و دندان(مجموعه کتب آموزش بهورزی)	دفتر سلامت دهان و دندان	۱۳۸۴	وزارت بهداشت و درمان