



پوسیدگی دندان

مقدمه

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

تعریف پوسیدگی

پس از خوردن غذا چنانچه بهداشت دهان و دندان رعایت نشود، لایه‌ای میکروبی بر روی سطوح دندان‌ها تشکیل میگردد که با گذشت زمان میکروب‌های موجود در این لایه مواد قندی را به اسید تبدیل می‌کنند، این اسید مینای دندان را به مرور حل کرده و پوسیدگی ایجاد می‌شود.

عوامل پوسیدگی را عبارتند از

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

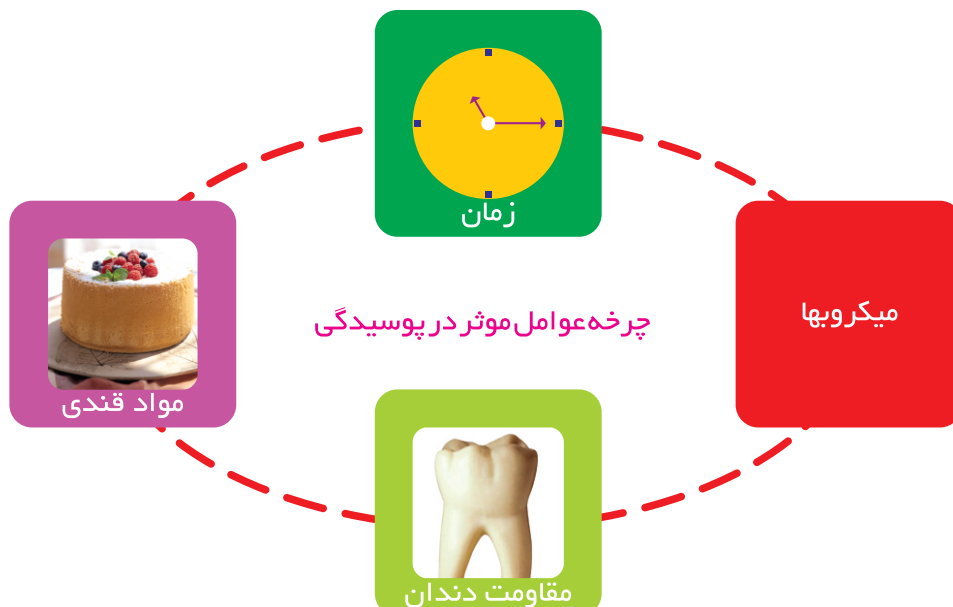
محل‌های شایع پوسیدگی

- **شیارهای سطح جونده**

در سنین اولیه رویش، در دندانهای آسیای دایمی که دارای شیارهای عمیق می‌باشند به دلیل تجمع مواد غذایی در بین شیارها، احتمال ایجاد پوسیدگی خیلی زیاد است.

- **سطوح بین‌دندانی**

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.



■ طوق دندان یا ناحیه اتصال لثه با دندان

معمولا میکروبها در ناحیه طوق دندان تجمع می یابند. بنابراین اگر در هنگام مسواک زدن وقت کافی برای تمیز کردن این ناحیه صرف نگردد، پوسیدگی طوق دندان ایجاد می شود.



■ علایم پوسیدگی

- ۱ ■ تغییر رنگ مینای دندان به قهوه‌ای یا سیاه
- ۲ ■ سوراخ شدن دندان در محل پوسیدگی
- ۳ ■ حساس بودن یا درد گرفتن دندان در موقع خوردن غذاهای سرد، گرم، ترش یا شیرین
- ۴ ■ حساس بودن یا درد گرفتن دندان وقتی که دندانها را روی هم فشار می‌دهیم
- ۵ ■ بوی بد دهان
- ۶ ■ گیر کردن مواد غذایی بین دندانها
- ۷ ■ پاره شدن نخ دندان در هنگام استفاده از نخ دندان در سطوح بین دندانی

■ بنابراین برای داشتن دندان های 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



■ گروه های هدف این متن آموزشی

- مادران
- مربیان مهدهای کودک
- معلمان و مدیران دوره ابتدایی
- رابطین بهداشتی
- دانش آموزان

■ منابع استفاده شده در تهیه این متن آموزشی

- مجموعه کتب آموزش بهورزی / قسمت بهداشت دهان و دندان / سال انتشار ۱۳۸۴ دفتر سلامت دهان و دندان وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی