

درمان دندان‌درد با ۵ روش سریع خانگی

دندان درد یکی از آزاردهنده‌ترین مشکلات دهانی است که دلایل و عوامل بسیاری در به وجود آمدن آن دخیل هستند.



دندان درد یکی از آزاردهنده‌ترین مشکلات دهانی است که دلایل و عوامل بسیاری در به وجود آمدن آن دخیل هستند. برای آنکه دلیل اصلی درد را متوجه شوید، چاره ای جز مراجعه به دندان پزشک نیست و نباید از آن فرار کرد. برای آنکه پیش از درمان بتوانید از شر درد خلاص شوید، روش های خانگی و طبیعی ساده کمک کننده هستند.

به گزارش پایگاه خبری تیک (Tik.ir) ؛ دندان درد یکی از آزاردهنده ترین مشکلات دهانی است که دلایل و عوامل بسیاری در به وجود آمدن آن دخیل هستند. برای آنکه دلیل اصلی درد را متوجه شوید، چاره ای جز مراجعه به دندان پزشک نیست و نباید از آن فرار کرد.

پزشک با تشخیص دقیق، علت دندان درد را توضیح می دهد و بهترین روش درمانی را پیش رویتان قرار می دهد. برای آنکه پیش از درمان بتوانید از شر درد خلاص شوید، روش های خانگی و طبیعی ساده کمک کننده هستند.

درمان خانگی برای درد دندان

یکی از مزیت های روش های خانگی در دسترس بودن آن ها است. همین که به آشپزخانه بروید، می توانید مواد لازم را پیدا کنید و بدون نگران بودن از عوارض جانبی دست به کار شوید. برای اطمینان خاطر قبل از شروع این روش های درمانی با پزشک خود مشورت کنید. خصوصاً اگر در حال مصرف داروی خاصی هستید، این حساسیت بیشتر می شود.

میخک

میخک به دلیل خاصیت ضدالتهابی و تأثیرات تسکین دهنده یکی از محبوب ترین روش های درمانی به شمار می رود. این گیاه به عنوان یکی از مسکن های درد دندان شناخته می شود. اجداد و نیاکان ما یک تکه از میخک را روی دندان آسیب دیده قرار می دادند تا آن قسمت را بی حس کند. مطالعات اخیر خواص ضد درد گیاه میخک را ثابت کرده است. در زمان مصرف می توانید از اسانس روغنی رقیق شده این گیاه یا عصاره هم برای درمان درد استفاده کنید.

میخک نه تنها یک روش ضد التهابی محسوب می شود، بلکه خاصیت آنتی باکتریالی نیز دارد. به همین دلیل حتی اگر دندان عفونت کرده باشد هم برای درمان درد مؤثر خواهد بود. دم نوش میخک را برای شستشوی دهان استفاده کنید تا ناراحتی های دهانی را تسکین دهد.

زردچوبه

زردچوبه یکی دیگر از مواد موجود همیشگی در آشپزخانه است که می توانید آن را در مجموعه درمان های خانگی قرار دهید. این ماده می تواند بسیاری از مشکلات سلامتی را درمان کند. زردچوبه حاوی کورکومین است، این ماده یکی از ترکیب های فعال محسوب می شود که خواص آنتی اکسیدانی، ضد التهابی و ضد درد دارد.

زردچوبه یکی از چاشنی های مناسب برای رژیم غذایی است چرا که به کنترل زخم معده و کلسترول کمک می کند و خاصیت ضد باکتری و ضد قارچی دارد. کورکومین به صورت مکمل دارویی نیز قابل مصرف است. البته می توانید زردچوبه را به صورت دم کرده تهیه کنید و بنوشید یا آن را به صورت چاشنی در دستور پخت سوپ، خورش و نوشیدنی ها قرار دهید.

زنجبیل

زنجبیل و زردچوبه مشابه هم هستند. ترکیب گینجرول موجود در زنجبیل به دلیل کیفیت و خواصی که دارد، درد دندان را

تسکین می دهد. این ماده فعال حاوی اثرات ضد التهابی و ضد درد است. علاوه بر آن زنجبیل یک درمان عالی برای مشکلات و بیماری های دستگاه گوارش نیز به شمار می رود. این ماده خوراکی به عنوان یکی از رایج ترین درمان های طبیعی برای حالت تهوع و استفراغ هم به کار برده می شود. بهترین نکته در رابطه با این روش درمانی، نبودن هیچ گونه عارضه جانبی است.

یک دم نوش زنجبیل آماده کنید و آن را هر از گاهی بنوشید. همچنین می توانید کمی از ریشه زنجبیل را به خورشت، دسر، آمپوه و اسموتی اضافه کنید. شما می توانید با استفاده از سه ماده معرفی شده تا این لحظه یعنی میخک، زردچوبه و زنجبیل یک دم نوش آماده کنید. این محلول یک چای درمانی مؤثر است.

نمک دریا

نمک دریا یکی از موادی است که شاید در هر خانه ای یافت نشود. ولی باید بدانید که این ماده یکی از ساده ترین و سریع ترین روش های درمان درد دندان به شمار می رود و اهمیتی نمی دهد عامل درد چیست. زمانی که نمک را با آب رقیق کنید و دهان خود را با آن بشویید، این دهان شویه خانگی یک ضد درد و مؤثر فوق العاده خواهد بود. این محلول التهاب را کاهش می دهد، دهان را تمیز می کند و درد دندان را تسکین می بخشد.

برای تهیه این محلول یک قاشق چای خوری نمک و یک پیمانه آب آماده کنید. نمک دریا از آن جهت که تصفیه نشده، حاوی مواد معدنی بالایی است و برای این راهکار درمانی پیشنهاد می شود. ابتدا نمک را در آب جوش بریزید. محلول را هم بزنید تا به خوبی حل شود و اجازه دهید حرارتش از بین برود و سرد شود تا بتوانید به راحتی دهان خود را شستشو دهید. حداقل برای ۳۰ ثانیه دهان خود را با محلول آب نمک بشویید و مطمئن شوید که این محلول به منطقه درد نیز رسیده باشد. این روش را هر ۱۵ دقیقه یک بار تکرار کنید تا تأثیرش دیده شود.

یخ

آخرین روش درمانی، مربوط به سریع ترین راهکاری است که می تواند دندان درد ناشی از التهاب حاد را از بین ببرد. یخ را به صورت کمپرس روی گونه خود قرار دهید و چند دقیقه نگه دارید، این منطقه مربوط به دندانی است که درد دارد. البته ناگفته نماند که روش خانگی یخ، یک درمان موقت است.

برترین ها: اکنون با روش های متعدد و سریع برای درمان خانگی دندان درد آشنا شده اید. ولی توصیه می شود قبل از هر اقدامی با پزشک خود مشورت کنید تا با یافتن علت، شما را راهنمایی کند. درد های شدید دندان نیاز به مصرف آنتی بیوتیک دارد و باید تنها با تجویز پزشک انجام شود.

منبع: [steptohealth](http://steptohealth.com)