



پوسیدگی دندان پس از آنفلوآنزا شایع ترین بیماری است

شاید ندانید پوسیدگی دندان پس از آنفلوآنزا شایع ترین بیماری در سراسر جهان است. پوسیدگی دندان عارضه ای است که تعداد کمی از افراد به آن مبتلا نشده اند.

سلامت نیوز: شاید ندانید پوسیدگی دندان پس از آنفلوآنزا شایع ترین بیماری در سراسر جهان است. پوسیدگی دندان عارضه ای است که تعداد کمی از افراد به آن مبتلا نشده اند. به بیان دیگر بسیاری از مردم تجربه دندان درد ناشی از پوسیدگی دندان را دارند.

نکته این جاست که بیماری های دهان و دندان که در حال حاضر در بسیاری از کودکان هم مشاهده می شود قابل پیش گیری است و رعایت بهداشت دهان و دندان از دوران کودکی بهترین راه مقابله با این دسته از بیماری هاست. با این که اطلاعات و آگاهی مردم درباره اهمیت بهداشت دهان و دندان نسبت به گذشته افزایش چشمگیری یافته است اما هنوز بعضی از والدین تصور می کنند اهمیت دندان های شیری کمتر از دندان های دایمی کودک است و نسبت به پوسیدگی دندان های شیری بی توجه هستند.

در این باره با دکترغزاله ابوالفتحی، متخصص دندان پزشکی کودک و نوجوان گفت وگویی کرده ایم که در ادامه می آید. یکی از مهم ترین دلایل افزایش پوسیدگی دندان در میان کودکان نوع تغذیه است. به عنوان مثال آجیل یکی از میان وعده های غذایی بچه ها بود که برخلاف تصور عموم مردم اگر با دندان شکسته نشود، نه تنها آسیبی به دندان نمی زند بلکه ضدپوسیدگی است. آجیل حالت قلیایی دارد و توصیه می شود بچه ها پس از خوردن شیرینی یا شکلات برای خنثی کردن محیط اسیدی دهان، یک مغز پسته یا بادام بخورند. در صورتی که امروز بچه ها به خوردن آجیل تمایل کمی نشان می دهند و بیشتر چیپس، پفک و شیرینی و شکلات دوست دارند. در واقع تغذیه کودکان به طور کلی تغییر پیدا کرده است و آن ها به مصرف تنقلات ناسالم تمایل زیادی دارند. از سوی دیگر بسیاری از کودکان در حال حاضر دارای دندان گچی هستند. یعنی لکه های سفیدی روی دندان هایشان وجود دارد. این در حالی است که در کتاب های علمی آمده است که تعداد کودکان مبتلا به این عارضه فقط باید ۱۰ درصد باشد.

علت این عارضه تا حد زیادی ژنتیکی است اما این که چرا تعداد زیادی از کودکان به این عارضه مبتلا هستند هنوز مشخص نیست. شاید بتوان گفت منشورهای مینایی نسبت به گذشته سست تر شده است و دندان های نسل جدید استحکام کمتری دارد. علاوه بر تغذیه و ژنتیک نوع غذا خوردن هم در استحکام دندان ها نقش دارد. در حال حاضر حتی اگر کودک دندان داشته باشد والدین به او غذاهای نرم یا له شده می دهند، در صورتی که در گذشته بچه ها از دندان های خود استفاده می کردند. استخوان دست می گرفتند و با دندان گوشت را جدا می کردند یا میوه ها را گاز می زدند. این کارها باعث تقویت و محکم تر شدن دندان کودک می شود اما امروزه والدین بدون توجه به این مهم، غذاهای نرم، له شده، آبکی و چسبنده به کودک می خوراندند و گمان می کنند زحمت کودک را کم می کنند. واقعیت این است که هر قدر کودک از دندان های خود بیشتر استفاده کند، دندان های محکم تری خواهد داشت. از طرفی عادت های خوبی مثل غرغره کردن با نمک قبل از خواب از یادها رفته است و شاید همین عادت باعث پوسیده نشدن دندان ها در گذشته بود. در حال حاضر با وجود انواع مختلف مسواک ها، کمتر از آن استفاده می شود و بچه ها تمایلی به مسواک زدن ندارند. البته نمی توان این واقعیت را نادیده گرفت که در گذشته پوسیدگی دندان حتی در کودکان درمان نمی شد و دندان بلافاصله کشیده می شد.

اهمیت دندان های کرسی در رشد کودک

دکتر ابوالفتحی با اشاره به این که متأسفانه بسیاری از والدین از اهمیت دندان های کرسی در رشد و نمو کودک آگاه نیستند، تأکید می کند: دندانی که قرار است تا ۱۲ سالگی برای کودک کار کند اگر در ۵، ۶ یا ۷ سالگی کشیده شود باعث کم خوراک، بدخوراکی و حتی سوءتغذیه کودک می شود زیرا کودک دندان مهمی را که برای جویدن به آن نیاز دارد، از دست داده است و چون نمی تواند غذاها را خوب بجود، کم کم بعضی غذاها را پس می زند، بد غذایی می کند و اشتهايش را از دست می دهد. هر قدر تعداد دندان های کشیده شده کودک در سنین پایین بیشتر باشد احتمال این که وی به اختلال رشد دچار شود، بیشتر است. این درحالی است که بیشتر والدین علت این قبیل بد خوراک یا بی اشتهايي را نمی فهمند و آن را به حساب تغییر خلق و خو و طبع کودک می گذارند. بنابراین پوسیدگی دندان کرسی کودک را باید جدی گرفت و آن را درمان کرد. در مواردی کودکی که به علت پوسیدگی مراجعه می کند و درمان

می شود، بلافاصله شروع به قدکشیدن می کند و رشد می کند. این امر نشان می دهد که پوسیدگی دندان تا چه اندازه در رشد کودک نقش دارد، امری که در مورد بزرگسالان صادق نیست. بنابراین از آنجا که کودک در حال رشد است پوسیدگی دندان های شیری ممکن است باعث اختلال رشد شود. این دندان پزشک ادامه می دهد: در مواردی که کودک چندین دندان پوسیده دارد که قابل درمان نیست، آن ها را می کشیم و پلاک فانک شنال یا #171;دست دندان» که شبیه دندان مصنوعی بزرگسالان است، در اختیار وی قرار می دهیم که هم بتواند غذا بخورد و هم صورتش به علت نبود دندان تغییر شکل پیدا نکند و فک کوچک نشود. البته مشکلاتی برای کودک به وجود می آید یعنی باید شب ها آن را بردارد و مثل دندان مصنوعی صبح ها آن را بگذارد. نکته این جاست که بسیاری از والدین بی توجه به اهمیت دندان کرسی اصرار می کنند که دندان پزشک دندان پوسیده را بکشد؛ در صورتی که دندان قابل درمان به هیچ عنوان کشیده نمی شود به خصوص در مورد کودکان. زیرا کودک به آن دندان تا زمان رویش دندان های سالم نیاز جدی دارد. دندان، عضوی از اعضای بدن است و نباید برای کشیدن آن اصرار کرد.

این دندان پزشک کودک و نوجوان درباره شکایت والدین از بچه ها به دلیل امتناع از مراجعه به دندان پزشکی می گوید: این شکایت بسیار قدیمی است و البته قابل قبول نیست. از والدینی که می گویند کودک از آمدن به دندان پزشکی امتناع می کند، باید پرسید آیا در مورد مراجعه به سایر پزشکان هم منفعلانه عمل می کنند یا قاطعانه کاری که به صلاح کودک است، انجام می دهند. باید کودک را به هر نحو ممکن به مطب دندان پزشکی آورد، او را با این محیط آشنا کرد، از مشاور کمک گرفت و آنچه به صلاحش است، انجام داد. برای بچه هایی که همکاری کمی با دندان پزشک دارند، روش هایی وجود دارد که می توان از آن ها استفاده کرد. مثل استفاده از چند پرستار که آموزش دیده هستند و در مواردی هم استفاده از بیهوشی به ویژه در مورد کودکانی که بیش از ۷ یا ۸ دندان پوسیده دارند.

اهمیت فلوراید تراپی

فلوراید تراپی که در مطب توسط متخصص انجام می شود یکی از بهترین روش ها برای پیشگیری از پوسیدگی دندان کودکان است. ژل فلوراید باعث می شود منشورهای مینایی کاملاً فلوراید را به خود جذب کند و این امر مانع از پوسیدگی دندان می شود. فلوراید تراپی باید به طور مرتب هر ۶ ماه یک بار انجام شود و کودک هم بهداشت دهان و دندان خود را رعایت کند. دکتر ابوالفتحی به والدین توصیه می کند، اگر پس از خوردن شیرینی و شکلات کودک نمی تواند مسواک بزند بهتر است کمی آب بنوشد تا شیرینی از سطح دندان شسته شود. ۲۰ دقیقه پس از جویدن شیرینی و شکلات میکروب های دهان اسید تولید می کند و تولید اسید اولین خش های مینایی را به وجود می آورد. در این زمینه می توان پسته یا گردو مصرف کرد تا سطح دندان تمیز شود.

میکروب ها از طریق قاشق مشترک به دهان کودک منتقل می شود

میکروب هایی که باعث پوسیدگی دندان می شود از طریق قاشق مشترک و آب دهان وارد دهان کودک شده و باعث پوسیدگی می شود. دکتر غزاله ابوالفتحی دندان پزشک با بیان این مطلب به خراسان می گوید: بسیاری از والدین نمی دانند که فوت نکردن غذای کودک یا استفاده نکردن از قاشق مشترک و توجه به نکاتی مثل این موضوعات در پیشگیری از پوسیدگی دندان کودک نقش بسیار زیادی دارد. نکته دیگر این که پیشرفت پوسیدگی دندان شیری سریع تر از دندان دائمی است و همان طور که بدن کودک در مقابل ویروس ها ضعیف تر است، دندان ها هم استحکام و مقاومت کمتری دارد. فاصله بین دندان و عصب کودکان حداکثر ۲ تا ۲.۵ میلی متر است، بنابراین پوسیدگی دندان های شیری به سرعت عصب را درگیر می کند و مشکلاتی را به وجود می آورد.

منبع: روزنامه خراسان