

## مراقبت از دندان‌ها در سالمندان

هنگامی سن شما بالا می‌رود، ممکن است مراقبت از دندان‌های‌تان به خصوص اگر دچار التهاب مفاصل یا آرتрит باشید، مشکل‌تر شود...



هنگامی سن شما بالا می‌رود، ممکن است مراقبت از دندان‌های‌تان به خصوص اگر دچار التهاب مفاصل یا آرتрит باشید، مشکل‌تر شود.  
برای پیشگیری از پوسیدگی دندان‌ها با افزایش سن به این توصیه‌ها عمل کنید:  
اگر در گرفتن مسواک دچار اشکال هستید، دسته را با نواریچی کردن آن ضخیم‌تر کنید.  
برای اینکه دسته مسواک‌تان را درازتر کنید، یک قطعه را با نواریچی به انتهای آن وصل کنید. برای این کار می‌توانید از چوب بستنی یا خط کش استفاده کنید.  
وسایل کمکی مختلفی در دراز کردن دستورها وجود دارد که نخ دندان کشیدن را برای شما ساده‌تر می‌کند. از دندانپزشک‌تان در مورد گزینه‌های موجود سوال کنید.  
هر روز پیش از گذاشتن دندان مصنوعی به طور کامل لثه‌ها، زبان و سقف دهان را با خمیردندان مسواک بزنید.  
همشهری