

لکه‌های دندانی در کودکان



خیلی از والدین تا زمانی که نشانه‌های واضحی چون درد و تغییر رنگ ظاهری را در دندان کودکان مشاهده نکنند از مراجعه به دندانپزشک، برای بررسی وضع دندان‌های فرزندشان امتناع می‌کنند.

خیلی از والدین تا زمانی که نشانه‌های واضحی چون درد و تغییر رنگ ظاهری را در دندان کودکان مشاهده نکنند از مراجعه به دندانپزشک، برای بررسی وضع دندان‌های فرزندشان امتناع می‌کنند.

چنین برخوردی شاید به این علت باشد که والدین معمولاً تصور می‌کنند که دندانپزشکان ممکن است بی دلیل عیبی روی دندانی که هیچ نشانه ظاهری از پوسیدگی ندارد، بگذارند و دندان‌های کودک را تحت معالجات ترمیمی غیرضروری قرار دهند.

در این که چنین تصویری از نقطه نظر حفظ سلامت دندان‌های کودک کاملاً اشتباه است، شکی وجود ندارد، چرا که به گفته دکتر سهیلا احترامی، متخصص دندانپزشکی کودکان مراجعه مرتب و هر شش ماه یکبار کودک به دندانپزشک اطفال از آن جهت مورد تاکید قرار می‌گیرد که لزوماً مشکلات و بویژه پوسیدگی‌های دندانی در همه کودکان با نشانه‌هایی چون درد یا لکه‌های دندانی بروز نمی‌کند، بلکه عمق پوسیدگی و میزان درگیری سیستم عصبی است که منجر به بروز این علائم، به صورت بارز یا غیربارز می‌شود. به علاوه این که آستانه تحمل درد در بچه‌ها متفاوت و ممکن است در یک لحظه احساس درد کنند و پس از آن تا مدت‌ها از درد دندان شکایتی نداشته باشند.

دندان کودکان، چکاب 6 ماهه نیاز دارد

شاید بسیاری ندانند که رسیدگی به دندان‌های کودک از زمان رویش اولین دندان شیری باید آغاز شود، یعنی والدین باید آموزش‌های لازم را از این زمان برای پاک کردن دندان‌های کودک با یک دستمال نرم و تمیز، پس از هر وعده شیر خوردن، بویژه در هنگام خواب شبانه ببینند.

دکتر احترامی در گفت و گو با جام جم در این باره می‌گوید: ویزیت دندانپزشکی کودک باید قبل از یک سالگی آغاز و هر شش ماه یکبار تکرار شود. همچنین مادران باید آموزش‌های لازم را در رابطه با ایجاد پلاک‌های میکروبی روی مینای دندان کودک، پس از هر وعده شیر خوردن وی ببینند؛ چراکه ایجاد پلاک میکروبی به تولید اسیدی منجر می‌شود که دندان را آهکی می‌کند که حاصل آن ایجاد لکه‌های سفید روی دندان‌های کودک است. به همین دلیل پاک کردن دندان‌ها پس از شیر خوردن کودک، نباید کم اهمیت تلقی شود.

لکه‌های سفید دندانی، خوش‌خبر نیست

خیلی‌ها تصور می‌کنند که لکه‌های سفید دندانی که عوارضی برای کودک به همراه نداشته باشد، بی‌خطر است و نباید نسبت به آن حساس بود. در حالی که دندانپزشکان نظر کاملاً متفاوتی در این مورد دارند. در واقع، گرچه عوامل زیادی می‌تواند سبب بروز لکه‌های سفید روی دندان شود، اما به گفته دکتر احترامی در بسیاری موارد، این لکه‌ها ناشی از ایجاد شدن شیریهایی روی مینای دندان و آسیب پذیر شدن آن است و به بیان دیگر نشانه شروع پوسیدگی دندانی محسوب می‌شود.

البته این دندانپزشک اطفال تاکید می‌کند: ممکن است لکه‌های سفید روی دندان کودک تحت تاثیر عوامل ارثی، ژنتیکی یا مادرزادی شکل گرفته باشد یعنی بر اثر تغییرات در مواد معدنی دندان به وجود آمده باشد. در واقع مینای دندان بر اثر عوامل گفته شده، طی مراحل تکامل خود در مناطقی نازک می‌شود یا تغییر شکل پیدا می‌کند. این تغییرات از آن روی مادرزادی تلقی می‌شود که در مواد معدنی مینا در حین تکامل دندان، یعنی پیش از رویش، به وجود آمده و به ایجاد مینای ضعیفی در این محل‌ها منجر شده است، اما در بیشتر موارد رعایت نکردن بهداشت دهان و دندان و به وجود آمدن پوسیدگی‌های سطحی بویژه طی دوره شیرخوارگی، عامل به وجود آمدن لکه‌های دندانی در کودک در سال‌های بعدی زندگی‌اش، بویژه از چهار سالگی به بعد است.

البته دندانپزشکان معتقدند که در مواردی نیز علت بروز لکه‌های سفید روی دندان‌های کودک، جذب زیاد فلوراید هنگام تکامل

دندان های دائم است که این اتفاق طی شش ماهگی تا پنج سالگی و زمانی که کودک در معرض فلوراید زیاد آب آشامیدنی قرار بگیرد، رخ می دهد.

قطره آهن؛ همیشه عامل تغییر رنگ دندان نیست

شاید برای اغلب والدین شکی وجود نداشته باشد که قطره آهن و تماس آن با مینای دندان کودک به بروز لکه های زرد متمایل به قهوه ای روی دندان ها منجر می شود.

اما دکتر احترامی این تصور را در بسیاری موارد نادرست می داند و توضیح می دهد: زمانی که مینای دندان کودک، به دلیل بروز رسوب های آهنی دچار شیارهایی می شود، فرصتی فراهم می شود تا قطره آهن در این منافذ رسوب و به صورت لکه های تیره بروز پیدا کند. در واقع آنچه باعث رنگ گرفتن دندان می شود آسیب ها و پوسیدگی های سطحی دندان و نه قطره آهن است. در چنین شرایطی فقط مراجعه به دندانپزشک اطفال می تواند مشخص کند که دندان کودک نیاز به ترمیم پوسیدگی دارد یا صرفا دچار تغییر رنگ ناشی از قطره آهن شده است که در مورد دوم با نوعی بروساژ کردن، مشکل تغییر رنگ دندان مرتفع می شود.

تغذیه تقویت کننده و نه تخریب کننده دندان

در این که رعایت بهداشت دهان و دندان با مسواک زدن مرتب و تمیز نگه داشتن دندان ها در پیش گیری از پوسیدگی و آسیب های دندانی موثر است، شکی وجود ندارد، اما در کنار آن نباید از نقش نوع تغذیه از دوران کودکی غافل شد.

دکتر احترامی با اشاره به این مساله می گوید: هر چه مصرف غذاها و تنقلات شیرین و چسبناک در کودکان کمتر باشد احتمال بروز آسیب های دندانی نیز کاهش می یابد. به بیان دیگر هرچه الگوی تغذیه ای در کودکان بر مبنای استفاده از مواد غذایی طبیعی چون نان و پنیر، بویژه در وعده صبحانه به جای کیک و کلوچه و نیز استفاده از تکه های کوچک میوه و خشکبار به عنوان میان وعده، به جای تنقلات صنعتی شکل بگیرد، حفظ سلامت دندان ها در سال های بعدی زندگی آنها بیشتر مقدور است.

پونه شیرازی / گروه سلامت