



## همه چیز درباره دندان درآوردن نوزادان

دستش را داخل دهانش می‌کند و آب دهان از گوشه و کنار لبش بیرون می‌ریزد و پدر و مادر می‌گویند دارد دندان درمی‌آورد. تب می‌کند و در تب می‌سوزد، اما باز هم پدر و مادر می‌گویند طبیعی است، چون دارد دندان درمی‌آورد.

دستش را داخل دهانش می‌کند و آب دهان از گوشه و کنار لبش بیرون می‌ریزد و پدر و مادر می‌گویند دارد دندان درمی‌آورد. تب می‌کند و در تب می‌سوزد، اما باز هم پدر و مادر می‌گویند طبیعی است، چون دارد دندان درمی‌آورد. چند روزی هم اسهال می‌شود، یا لب به هیچ غذایی نمی‌زند و این بار هم به اشتباه می‌گویند مشکلش به رشد دندان‌ها مربوط است. به گزارش سلامت نیوز به نقل از روزنامه آرمان البته کم نیستند کسانی که فکر می‌کنند دلیل این مشکلات، رشد دندان است که دارد از لته بیرون می‌زند، اما متخصصان می‌گویند نه تب شدید به دندان درآوردن ارتباط دارد و نه اسهال. آنها عقیده دارند رویش دندان‌ها اتفاقی طبیعی است که بدون بروز مشکلات حاد و شدید پیش می‌آید. دکتر مهناز صادقیان، فوق تخصص گوارش کودکان می‌گوید: دندان درآوردن یک پدیده فیزیولوژیک است که با پدیده‌های فیزیولوژیک دیگری مانند افزایش بزاق دهان کودک همراه خواهد بود.

ممکن است مدفوع کودک هنگام رشد دندان‌ها کمی شل‌تر از حالت طبیعی شود که این وضع گذرا و بسیار خفیف است. همچنین خارش که کودک در ناحیه لته‌ها احساس می‌کند نیز می‌تواند موجب بی‌قراری‌اش شود، اما بچه در این شرایط هم کاملا سالم و خوشحال است و افزایش وزن مناسبی دارد.

دندان درآوردن هیچ مشکل خاصی ایجاد نمی‌کند و جای نگرانی ندارد. نباید به اشتباه تصور کنید دندان درآوردن باعث تب کودکان می‌شود، زیرا رشد دندان‌ها هیچ وقت با تب بالا همراه نخواهد بود. بنابراین زمانی که کودک تب می‌کند، حتما باید به پزشک مراجعه کرده و دلیل دیگری را به غیر از دندان درآوردن برای این مشکل پیدا کنید. اسهال شدید یا بی‌بوست هم ارتباطی به دندان درآوردن ندارد و به طور معمول این دو اتفاق نباید با یکدیگر همراه شود. البته گاهی کودکان برای کاهش احساس خارش و ناراحتی که هنگام رشد دندان دارند، ممکن است هر چیزی را داخل دهانشان ببرند و همین موضوع می‌تواند عاملی باشد برای بروز اسهال؛ ولی خود رویش دندان‌ها باعث اسهال شدید نمی‌شود. درد است یا خارش؟

اگر دقت کرده باشید، وقتی بچه‌ها در حال دندان درآوردن هستند، هر جسمی را داخل دهانشان می‌کنند و آن را گاز می‌گیرند و به همین دلیل هم پدر و مادرها فکر می‌کنند دندان درآوردن با درد شدیدی همراه است که کودک برای کاهش درد چنین کاری را انجام می‌دهد. بعضی‌ها هم به دنبال تاول‌های دردناکی روی لته کودک هستند و منتظر خونریزی می‌مانند.

با این حال، دکتر صادقیان می‌گوید: رویش دندان‌ها اتفاق دردناکی نیست، ولی باعث خارش شده و ممکن است حس ناخوشایندی برای کودک ایجاد کند که موجب ناراحتی‌اش شود. برای آرام‌تر کردن این بی‌قراری و ناراحتی کودکان باید با نظر پزشک از داروهایی که برای این منظور تهیه شده، استفاده کنید. علاوه بر این، اجسام ژله‌مانند سفت مثل اسباب‌بازی‌های تمیز ژله‌ای نیز می‌تواند به کاهش علائم آزاردهنده ناشی از رویش دندان‌ها کمک کند. رویش اولین دندان‌ها معمولا در سنین چهار تا شش ماهگی اتفاق می‌افتد.

در این زمان معمولا سطوح ایمنی که از مادر به شیرخوار رسیده کاهش می‌یابد و کودک کم‌کم خودش باید عناصر ایمنی را بسازد. بنابراین کاهش عناصر ایمنی منتقل شده از مادر به کودک می‌تواند دلیلی برای تب یا بروز عفونت باشد که این فقط یک همراهی با دندان درآوردن است و رویش دندان به تنهایی باعث چنین اتفاقی نمی‌شود. همچنین در کودکانی که مشکل یا بیماری خاصی ندارند، معمولا در محل رویش دندان‌ها خونریزی اتفاق نمی‌افتد. به والدین توصیه می‌کنیم زمانی که کودک دچار مشکلی مانند تب یا اسهال شدید می‌شود، حتما به پزشک مراجعه کنند و این مشکلات را به حساب دندان درآوردن نگذارند.

روش‌های قدیمی چقدر موثر است؟

بعضی‌ها گردنبند‌های خاصی برای کاهش درد دندان درآوردن دارند و می‌گویند اگر آن گردنبند را به گردن کودک ببندازید، هیچ مشکلی نخواهد داشت. باورهای کمی سخت است، اما هستند کسانی که از این روش‌ها هم کمک می‌گیرند.

در حالی که دکتر صادقیان می‌گوید چنین روش‌هایی هیچ پایه و اساس علمی ندارد و نمی‌تواند صحیح باشد. گروه دیگری هم هستند که به روش‌های دیگری روی می‌آورند؛ مثلا یک تکه گوشت کباب‌شده یا برشی از لیموترش را به کودک می‌دهند تا به لته‌اش بکشد و آرام‌تر شود که این روش هم به گفته دکتر صادقیان صحیح نیست، زیرا ممکن است کودک این مواد غذایی را بلعد یا خوراکی‌ها آلوده شود و کودک ماده آلوده را به لته‌اش بکشد. بر همین اساس، وی توصیه می‌کند از ژله‌های نیمه‌متراکمی که با همین هدف ساخته شده استفاده کنید تا این خطرات هم برای کودک پیش نیاید.

این دندان‌ها را به حال خود نگذارید

با خودتان نگویند دندان شیری برای خراب شدن است، باید خراب شود، بیفتد و جای آن دندان اصلی دربیاید. این دندان‌ها هم ممکن است بپوسد، خراب شود و در نتیجه مشکلات بیشتر و بزرگ‌تری برای کودک به وجود می‌آورد. پس آنها را به حال خودشان رها نکنید و به فکر رعایت بهداشت دندان‌های شیری هم باشید.

متخصصان توصیه می‌کنند زمانی که دندان‌های کودک در حال رویش است، با استفاده از دستمالی تمیز و مرطوب لثه‌اش را پاک کنید و زمانی که دندان از لثه بیرون می‌آید هم از یک مسواک نرم و مرطوب که مخصوص کودک است، کمک بگیرید. البته یادتان باشد در این سنین نیازی به استفاده از خمیردندان هم نیست.

4 راه کاهش درد دندان درآوردن

لثه‌های کوچک و نرم کودک تحمل درد زیاد دندان درآوردن را ندارد و به همین دلیل، این فرشته‌های کوچک همیشه با بی‌قراری و گریه و مریض شدن این دوران را سپری می‌کنند. برای اینکه بتوانید تا حدی این دردها را از وجود فرزند دلبند خود دور کنید، بد نیست راهکارهای زیر را نیز امتحان کنید.

1- پارچه حوله‌ای نمدار

پارچه حوله‌ای خیس و سرد یکی از روش‌های خوب برای تسکین درد درآوردن دندان است. این پارچه را روی لثه‌های کودک قرار دهید تا بجود. حتی می‌توانید یک تکه یخ هم میان پارچه بگذارید و محکم ببندید تا خدای نکرده در گلوئی کودک نپرد و سپس پارچه را در دهان کودک بگذارید تا بجود.

برای این منظور می‌توانید پارچه را در چای بابونه خیس کنید و در یخچال قرار دهید تا سرد و خنک بماند یا حلقه‌های پلاستیکی که برای دندان درآوردن کودکان است را نیز در یخچال قرار دهید تا سرد شود. سپس به کودک بدهید تا بجود.

2- دندونی

برای کودکانی که از درد لثه رنج می‌برند، می‌توانید دندونی‌های لرزان خریداری کنید. انواعی از دندونی وجود دارند که با گاز گرفتن کودک، شروع به لرزش می‌کنند و این مساله بسیار برای کودک خوشایند و دوست‌داشتنی است. برای اینکه باعث تسکین دردش هم بشود، آن را در یخچال قرار دهید تا سرد شود.

3- غذاهای منجمد

سرما و یخ به کاهش درد لثه کودکانی که در حال دندان درآوردن هستند بسیار کمک می‌کند. می‌توانید غذاهایی که کودک در آن سن مجاز به خوردن آنهاست را در فریزر منجمد کنید تا کودک آنها را بجود و سرمای آن درد دندانش را کاهش دهد. موز یخ زده یا شیر منجمد نیز روش‌های خوبی برای کم کردن درد هستند.

4- پستانک در یخ

برای کودکانی که پستانک می‌خورند می‌توانید پستانک آنها را در فریزر منجمد کنید تا هنگام مک زدن آن، سرمای موجود باعث بی‌حس شدن لثه‌ها و کم شدن درد آنها شود.