

محافظ دهان و دندان



بارزش‌ترین بخش بدن صورت است. با توجه به نبود امکانات حفاظتی در صورت، استفاده از محافظ‌های دهان و دندان که بتواند از صدمات ناشی از حوادث و فعالیت‌های مرتبط با بازی و ورزش جلوگیری کند بارزش است...

بارزش‌ترین بخش بدن صورت است. با توجه به نبود امکانات حفاظتی در صورت، استفاده از محافظ‌های دهان و دندان که بتواند از صدمات ناشی از حوادث و فعالیت‌های مرتبط با بازی و ورزش جلوگیری کند بارزش است. طبق برآورد انجمن دندانپزشکی آمریکا، محافظ‌های دندانی که در هنگام فعالیت‌های ورزشی استفاده می‌شوند، سالانه از بروز تقریباً 200 هزار حادثه مرتبط با دندان‌ها هنگام ورزش دانش‌آموزان پیشگیری می‌کنند. محافظ‌های دهان و دندان به طور قابل توجهی میزان و شدت صدمات وارده به دهان و دندان را طی فعالیت‌های ورزشی و ورزش‌های قهرمانی کاهش می‌دهند.

مطالعات پزشکی، ورزشی و دندانی نشان داده‌اند که هر نوع فعالیت ورزشی می‌تواند باعث صدمه به دندان، لب، زبان و فك شود. فعالیت ورزشی که نیازمند محافظت از دهان و دندان است عبارتند از: بیسبال، بسکتبال، اسکوتر، فوتبال، والیبال، دوچرخه‌سواری، هندبال، بوکس و کاراته. شاید تنها ورزشی که با اطمینان می‌توان گفت نیاز به وسیله حفاظتی ندارد شطرنج باشد! اهمیت حفاظت در دوره کودکی و نوجوانی به مراتب زیادتر از دوره بزرگسالی است، چرا که در کودکان و نوجوانان، صدمات وارد شده می‌تواند مراحل رشد دندان‌ها و فك و صورت را تحت تاثیر قرار داده و اقدامات درمانی پیچیده‌تر و پرهزینه‌تری را تحمیل کند.

ویژگی‌های محافظ

موثرترین محافظ‌های دهان و دندان چند مشخصه کلی دارند: آنها باید قابل ارتجاع و سبک بوده تا فرد بتواند براحتی صحبت کند و تنفس راحتی داشته باشد. برای این‌که این وسیله دارای خصوصیات فوق باشد لازم است بخوبی روی دندان‌ها و نواحی که روی آنها قرار می‌گیرد کشیده و چفت شده باشد. از دیگر خصوصیات، این است که دوام خوبی داشته باشد و براحتی بتوان آن را تمیز کرد.

انواع محافظ‌ها

3 نوع کلی محافظ وجود دارد:

(1) محافظ‌هایی که به صورت ویژه برای هر فرد ساخته می‌شود.

(2) محافظ‌هایی که به شکل دهان و دندان ساخته شده‌اند.

(3) محافظ‌های دهان و دندانی آماده (از پیش ساخته شده).

بهترین محافظ‌ها نوعی است که برای هر فرد ساخته شده است. چرا که بهترین تطابق، راحتی و تکلم را دارد. در این موارد دندانپزشک از فك و دندان‌ها قالب‌گیری کرده و براساس مدل تهیه شده آن را می‌سازد.

این روش با توجه به این‌که وقت زیادتری از دندانپزشک گرفته و نیاز به اقدامات تکمیلی در لابراتوار دارد معمولاً پرهزینه‌تر است.

نوع بعدی ارزان‌تر بوده و از مواد نرمی مثل موم ساخته می‌شود که روی قوس دندانی فك بالا فرم داده شده و ساخته می‌شود.

این محافظ تطابق محافظ قبلی را ندارد بنابراین راحتی کمتری دارد از طرفی با توجه به ماده تشکیل دهنده آن طول عمر زیادی نخواهد داشت. دندانپزشکان معمولاً این نوع را توصیه نمی‌کنند.

نوع سوم که ارزان‌ترین نوع است، به صورت پیش‌ساخته بوده و در فروشگاه‌های ورزشی یافت می‌شود. این نوع از محافظ‌ها تطابق بسیار کمی داشته و خصوصیات یک محافظ خوب را ندارند. همچنین به دلیل تطابق کم، سختی استفاده و مداخله در تکلم معمولاً کودکان تمایلی به استفاده از آنها ندارند.

دکتر محمدامین نریمانی
متخصص ارتودنسی