

سایش دندان



میانی موجود در دندان‌ها مقاوم‌ترین بافت بدن است، ولی طرح این سوال جالب است که چرا علی‌رغم این استحکام،

مینا دچار سایش یا خرابی می‌شود؟

مینای موجود در دندان‌ها مقاوم‌ترین بافت بدن است، ولی طرح این سوال جالب است که چرا علی‌رغم این استحکام، مینا دچار سایش یا خرابی می‌شود؟

تخریب بافت مینا عمدتاً به دلیل وجود دائمی اسید در مجاورت آن است. در پوسیدگی، مینا بر اثر ترشحات اسیدی حاصل از باکتری‌ها و حل شدن مواد معدنی مینا، ضعیف و ضعیف‌تر شده تا جایی که چارچوب کلی آن فرو می‌ریزد. اسید موجود در مواد غذایی نیز می‌تواند همین اثر مخرب را داشته یا آن را تشدید کند. اسیدهای طبیعی یا اسیدهای افزوده شده به غذاها نیز می‌توانند باعث حل شدن مواد معدنی مینا شوند.

این مواد که مزه ترش دارند به طور مستقیم و بدون نیاز به عامل دیگر باعث تضعیف مینا می‌شوند. تحقیقات نشان داده است که بهتر است پس از مصرف این مواد بلافاصله مسواک زده نشود و در مرحله اول از آب فراوان برای شستشوی دهان استفاده شود تا شدت اسیدی بودن دهان کاهش یافته سپس مسواک زده شود.

در ارتباط با سایش‌های فیزیکی مکانیسم دیگری حاکم است. در علم فیزیک سایش دو جسم با سختی متفاوت باعث ساییدگی جسم نرم‌تر می‌شود. اگر این دو جسم مانند مینای دو دندان مقابل باشند ساییدگی در هر دو رخ می‌دهد و با ساییده شدن کامل مینای سطح دندان و رسیدن آن به عاج سرعت آن به مراتب زیادتر می‌شود. به عبارتی دندان ضعیف‌تر صدمه زیادتری خواهد دید.

سایش دندان همراه با نازک شدن لایه درخشان دندان یعنی میناست. بنابراین سایش منجر به تغییر رنگ مختصر و حالت سفید یا یخ‌زده مینا می‌شود و سطح صاف، براق و طبیعی مینا تبدیل به سطح زبر، نمای یخ‌زده و غیرطبیعی می‌شود.

چه عواملی باعث سایش مینا می‌شود؟ تماس اسیدهای موجود در غذاها، شکستن تخمه و سایر غذاها با دندان به طور مکرر، قرار دادن اجسام سخت در بین دندان‌ها، نامرتبی و رابطه غلط دندان‌ها، بیماری‌های گوارشی مثل برگشت غذا از مری، مسواک سخت و نحوه غلط مسواک زدن به طوری که با شدت و زاویه غلط باشد، موجب سایش مینای دندان می‌شود.

پیشگیری از ایجاد این سایش‌ها در گرو دوری از عوامل ایجادکننده آن است. با توجه به گستردگی عوامل ایجادکننده بهتر است توصیه‌های مورد نیاز هر فرد از دندانپزشک درخواست شود. در صورتی که این ضایعات در مراحل اولیه تشخیص داده شده و رعایت بهداشت به خوبی انجام شود و حتی در صورت نیاز مکمل‌های فلوراید استفاده شوند، مقاومت دندان تحت تأثیر جدی قرار نمی‌گیرد. این وضعیت نشان‌دهنده سالم بودن چارچوب کلی میناست؛ هرچند اجزای تشکیل‌دهنده این چارچوب آسیب‌پذیر شده باشند. در صورتی که اقدامی انجام نشود، این چارچوب فروریخته و نقایصی هرچند کوچک ایجاد می‌شود که صرفاً با اقدامات درمانی توسط دندانپزشک قابل جبران است.

اگر درمان مورد نظر انجام شود، ولی علت آن توسط بیمار یا دندانپزشک حذف نشود عود بیماری و نیاز به تکرار درمان رخ می‌دهد. به یاد داشته باشیم که حذف عامل ایجادکننده بیماری، کلید پیشگیری و اساس درمان صحیح است.

جام‌جم: در یادداشت هفته گذشته تیتراژ #171؛ بعد از خوردن مواد ترش بلافاصله مسواک نزنید» به اشتباه #171؛ بعد از خوردن مواد ترش و شیرینی بلافاصله مسواک نزنید» درج شده بود که بدین وسیله پوزش می‌طلبیم.

دکتر محمدمین نریمانی

متخصص ارتودنسی