

## نوروز و دندانها....

متاسفانه با مصرف شیرینی و شکلات و اجیل در ایام نوروز ، تشکیل پلاک های میکروبی بر روی دندانها افزایش می یابد که مسواک زدن و استفاده از نخ دندان بلافاصله پس از مصرف این مواد ضروری است ولی اگر بنا به موقعیت زمانی موفق به مسواک زدن نشدیم ، شستن دهان با اب ویا نوشیدن اب فراوان ، جویدن ادامس های بدون قند برای ۱۰ دقیقه ، مصرف میوه هایی مانند سیب و هویج یا میوه هایی که بتواند پلاک را از روی دندانها پاک نمایند ، همچنین استفاده از اب نمک و دهانشویه میتواند پوسیدگی دندانها را به طور چشمگیری کاهش دهد.

## ایام تعطیل و اورژانس های دندانپزشکی

اگر زبان خود را گاز گرفتید...

گاهی پیش میاید که افراد لب یا زبان یا گونه خود را گاز میگیرند البته بچها اکثر اوقات در هنگام زمین خوردن ، این اتفاق ناخوشایند را تجربه میکنند. در این گونه موارد بهتر است که محل مورد نظر را با گاز استریل ، تمیز نموده. ( البته میتوان از دهانشویه ، اب نمک و سرم کمک گرفت) و بعد با کمپرس ، سرد نمود که این کار باعث کاهش تورم ان ناحیه خواهد شد. ولی اگر خونریزی شدید یا غیر قابل کنترل بود باید جهت بخیه و درمان به نزدیکترین محل درمانی مراجعه نمود.

اگر پوست تخمه یا اجیل در لثه فرو رفت...

بهترین راه بیرون آوردن پوست تخمه یا موادی که در لثه فرو رفته اند استفاده مناسب از نخ دندان است و استفاده از هرگونه مواد تیز و برنده ممنوع میباشد .

اگر دست دندان مصنوعی شکست...

شکستن دست دندان در هر حادثه ای ممکن است پیش بیاید و بهترین درمان آن مراجعه به دندانپزشک و تعمیر مجدد آن است. استفاده از چسب مایع میتواند موجب التهاب مخاط شود.

اگر درد دندان و عفونت دندانی داشتید...

اگر احساس درد دندان در موقع خوردن شیرینی نمودید احتمالاً دندان شما دچار پوسیدگی شده است و باید در اولین فرصت جهت ترمیم به کلینیک دندانپزشکی مراجعه نمایید ولی بهترین راه پیشگیری از گسترش پوسیدگی شست و شوی حداقل دهان با آب پس از صرف غذا میباشد. ولی اگر درد دندان ، خواب شما را مختل کند نشانه این است که عصب دندان درگیر شده است که جهت تسکین درد میتوان از مسکن های رایج ( استامینوفن ، بروفن و مفنایمیک اسید ) در صورتی که مشکل گوارشی ندارید استفاده و جهت درمان قطعی آن به دندانپزشک مراجعه نمایید.

عفونت دندان با ورم روی لثه (آبسه ) در موارد شدیدتر ، ورم روی صورت مشخص میشود. ممکن است باعث بروز تب و احساس بی حالی همراه باشد. هنگام وجود عفونت به هیچ وجه ناحیه را گرم نکنید چون کمپرس گرم باعث گسترش عفونت میگردد. همچنین کمپرس سرد هرچند بی ضرر است اما کمکی نمیکند و داروهای آنتی بیوتیک فقط برای محدود کردن عفونت و کاهش درد و عوارض آن مفید است و جهت درمان قطعی باید به دندانپزشکی مراجعه نمود.

اگر دندانتان شکست...

اگر در حادثه ای دندان از دهان بیرون افتاد در این زمان حفظ دندان بستگی به اقدامات سریعی دارد که بلافاصله انجام میدهیم.

ابتدا دندان را پیدا نموده و برای برداشتن آن باید دندان را از قسمت تاج گرفته و به ریشه دندان دست نزنید. دندان را با فشار ملایم آب ولرم بشویید و جهت شستن نباید روی ریشه دست یا پارچه کشیده شود. در غیر این صورت الیاف نگهدارنده دندان آسیب میبینند.

دندان را داخل یک لیوان شیر یا آب جوشیده سرد شده و یا از کودک خواست شود آن را گوشه گونه اش نگهدارد و در کمترین زمان به دندانپزشکی مراجعه نمایید.