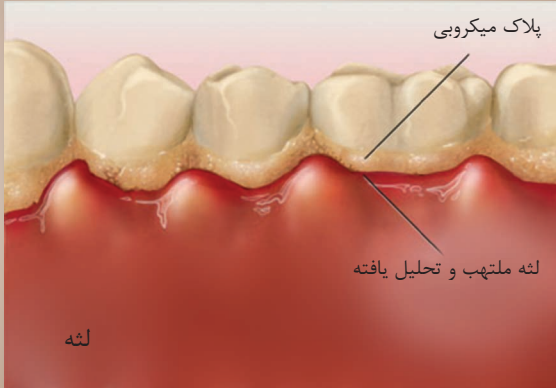


# بیماری لثه چیست؟



در مانگاه تخصصی و فوق تخصصی خیریه

صاحب کوثر



## روش صحیح استفاده از دهانشویه

- ۱- استفاده از دهانشویه فلورایددار یکی از راههای موثر در کاهش پوسیدگی دندان می باشد و با استفاده مرتب از آن می توان تا ۴۰٪ میزان پوسیدگی را کاهش داد.
- ۲- استفاده از دهان شویه از سنین ۷-۶ سالگی یعنی شروع رویش دندانهای دائمی توصیه می شود و تا سنین بالا ادامه پیدا می کند.
- ۳- توجه داشته باشید پس از قرقره کردن، هرگز محلول دهانشویه را قورت ندهید چنانچه مقدار زیادی از آن را قورت دادید مقداری شیر یا داروی ضد اسید معده (شیر منیزیم یا آلومینیوم ام.جی. اس) که از جذب فلوراید جلوگیری می کند مصرف کنید و به پزشک مراجعه نمایید.



۵- هر بار به اندازه درب بطری از دهانشویه در دهان بریزید.



۴- قبل از استفاده از دهانشویه دندانهایتان را مسواک بزنید.



۷- تا نیم ساعت پس از استفاده از دهانشویه از خوردن و آشامیدن و شستن دهان خودداری کنید.



۶- دهانشویه را به مدت یک دقیقه در داخل دهان بگردانید و سپس آنرا بیرون بریزید.

## ژنویت Gingivitis

مراحل اولیه بیماریهای لثه را ژنویت می نامند. در این حالت لثه شروع به قرمز شدن کرده و به صورت باد کرده نمایان می گردد و به راحتی خونریزی می کند. در این مرحله ، بیماری هنوز قابل برگشت می باشد و معمولاً می توان با مسواک زدن روزانه و استفاده از نخ دندان و دهانشویه جلوی ادامه آن را گرفت.

## پریودنتیت Periodontitis

مراحل پیشرفته بیماریهای لثه را پریودنتیت می نامند. لثه و استخوان که دندانها را حمایت می کنند به طور جدی صدمه می بینند. لثه سالم و استخوان سالم، دندان را محکم در محل خود نگاه می دارند اما لثه عفونی می تواند باعث لق شدن دندان شود و منجر به کشیدن دندان با تجویز دندانپزشک گردد.

### برخی از فاکتورها ریسک گسترش بیماریهای پریودنتال را افزایش می دهد :

- کشیدن سیگار و تنباکو
- بیماریهای سیستمیک (عمومی) مثل دیابت
- مصرف برخی از داروها مثل استروئید ها، داروهای ضد صرع و داروهای درمان سرطان روکش یا بریج هایی که در جای خود حرکت کنند .
- حاملگی

### در صورتیکه متوجه علائم ذیل از بیماریهای لثه شدیداً سربعاً به دندانپزشک مراجعه نمایید :

- لثه ای که به راحتی دچار خونریزی شود
- لثه حساس دردناک ، متورم و یا قرمز
- لثه ای که از اطراف دندان کنار کشیده شده باشد
- احساس طعم و مزه بد در دهان که مدت زیادی بماند
- دندانهای دائمی که لق هستند یا جدا شده اند.
- هر تغییری که در سر راه قرار گیری دست دندان پارسیل در محل خود ایجاد گردد.

بیماریهای لثه ( که اغلب بیماریهای پریودنتال نامیده می شوند) یک عفونت بافتهای حمایت کننده و ساپورت کننده دندان می باشد.

این بیماریها علت اصلی لق شدن دندانها در دهان بزرگسالان می باشد. از آنجائیکه بیماریهای لثه معمولاً بدون درد هستند ممکن است شما آگاهی کافی نسبت به شروع بیماری در دهان نداشته باشید.

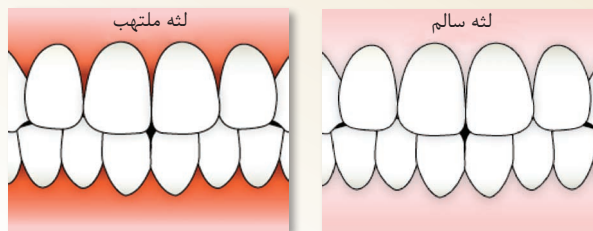
در طول مراجعات منظم ۶ ماهه به دندانپزشک، می توانید از بروز این بیماریها در دهان خود جلوگیری نمایید.

دندانپزشک با اندازه گیری عمق شیار اطراف دندان( که سالکوس لثه نامیده می شود) می تواند در مورد بروز بیماری لثه به شما هشدار دهد.

بیماریهای لثه اکثراً باعث پلاک میکروبی ایجاد می شود. پلاک میکروبی یک لایه چسبنده از مجموعه ای از باکتریها است که سمومی تولید می نمایند که به لثه صدمه می زند.

هجوم بیماریهای پریودنتال از خط لثه داخل سالکوس لثه ( شیار اطراف دندان) یعنی جایی که محل اتصال دندان و بافتهای حمایتی اطراف آن است می باشد.

از آنجائیکه بافتهای حمایتی اطراف دندان با شروع بیماری پریودنتال ، آسیب می بینند ، شیار باریک اطراف دندان عمیق شده و تبدیل به پاکت پریودنتال می شود.



بهداشت خوب دهان در خانه، جهت پیشگیری از بیماریهای پریودنتال الزامی است. مسواک زدن معمولی، استفاده از نخ دندان و تمیز کردن فاصله بین دندانی تغذیه مناسب و ویزیت دندانپزشک به صورت مرتب ۶ ماهه در طول زندگی می تواند به شما لبخند سالمی را هدیه دهد.