

## پوسیدگی های دندانی زودرس در کودکان

### مقدمه

یکی از مشکلات شایع در دندان پزشکی کودکان، پوسیدگی های زودرس دندان های شیری است.



این مشکل که با نام علمی Early Childhood Caries نامیده می شود، با ایجاد پوسیدگی در دندان های شیری سبب تخریب ساختار و درد دندانی می گردد که تبعاتی چون مشکلات تغذیه و ظاهر نا زیبا را برای کودک در پی دارد.

از آنجا که این مشکل در سنین خیلی پایین شروع می شود، درمان این پوسیدگی ها هم برای بیمار و هم برای دندان پزشک يك معضل محسوب می گردد. این در حالی است که تنها با رعایت نکاتی ساده می توان از بروز چنین مشکلی جلوگیری کرد.

### پوسیدگی های دندانی زودرس دوران کودکی چیست؟

این پوسیدگی ها، نوع خاصی از پوسیدگی های دندانی شدید هستند که نوزادان و کودکان خردسال را درگیر می کنند و پیشرفت سریعی دارند. طبق تعریف آکادمی دندان پزشکی کودکان آمریکا، حضور بیش از يك سطح دندانی پوسیده (ضایعه حفره دار یا بدون حفره)، ترمیم شده یا از دست رفته (دراثر پوسیدگی) در هر کدام از دندان های

شیری در يك کودک زیر 6 سال، پوسیدگی های زودرس دوران کودکی نامیده می شود.



### علل ایجاد پوسیدگی های دندانی زودرس دوران کودکی چیست؟

برخلاف تصور بسیاری از والدین، قطره آهن در ایجاد این پوسیدگی ها هیچ نقشی ندارد، بلکه فقط سبب تغییر رنگ دندان های پوسیده می گردد. مهمترین علل ایجاد این پوسیدگی ها، شامل موارد زیر است:

الف. تمیز نکردن دهان کودک توسط والدین از زمان رویش اولین دندان های شیری.

ب. الگوی تغذیه ای نا مناسب شامل:

۱) استفاده از شیشه حاوی شیر یا سایر نوشیدنی های شیرین بعنوان پستانک، جهت آرام کردن و کمک به خوابیدن کودک.

۲) خوردن مکرر شیراز شیشه در طول شب، مطابق میل کودک.

ج. کاهش جریان بزاق حین خواب

د. وجود پوسیدگی های متعدد درمان نشده در دهان پدر و مادر کودک.

ه. عدم مراجعه والدین به دندانپزشک برای معاینه کودک و کسب اطلاعات صحیح و انجام اقدامات پیشگیرانه از زمان رویش اولین دندان های شیری.

و. مصرف مکرر میان وعده های پوسیدگی زا در طول روز توسط کودک.

### کدام دندانها بطور شایع تحت تاثیر پوسیدگیهای دندانی زودرس دوران کودکی قرار میگیرند؟

چهار دندان پیشین شیری فك بالا، آسیاهای اول شیری هر دو فك و دندانهای نیش شیری فك پایین، معمولا دندانهایی هستند که به این پوسیدگیها دچار میشوند. دندانهای درگیر، معمولا به صورت قرینه در دو سمت دهان کودک قرار دارند. دندان پیشین شیری فك پایین، معمولا پوسیده نمی شود که دلیل این امر، نقش محافظت کننده زبان از این دندانها حین مکیدن شیر و نیز شستشوی طبیعی این دندانها توسط جریان بزاق به علت قرار گیری دهانه مجرای غدد بزاقی ساب مند بیولار و ساب لینگوال در پشت این دندانها می باشد. دندانهای آسیای دوم شیری هم به دلیل اینکه در سن بالاتری رویش می یابند، معمولا مبتلا نمی شوند.

## توصیه هایی به والدین جهت پیشگیری از ایجاد پوسیدگی های دندان زودرس دوران کودکی:

۱. از آنجایی که پوسیدگی دندان یک بیماری مسری است و میکروبیهای ایجادکننده آن معمولاً از دهان والدین (بویژه مادران) به نوزاد منتقل می شوند، قبل از اقدام به بچه دار شدن به فکر سلامت دندانهای خود باشید و با مراجعه به دندانپزشک، دندانهای پوسیده خود را درمان کنید. با نظر دندانپزشک می توانید با مصرف برخی آدامس های بدون قند یا دهانشویه ها، بهداشت دهانی خود را بهبود بخشید.

۲. ظرف شش ماه بعد از رویش اولین دندان کودک، جهت معاینه و دریافت اطلاعات و مشاوره های بهداشتی مناسب، نوزاد خود را نزد دندانپزشک متخصص کودکان ببرید. توصیه شده این مراجعه دیرتر از ۱۲ ماهگی کودک نباشد.

۳. دندانهای نوزادان را زمان رویش آنها تا حدود ۱،۵ سالگی، شب ها قبل از خواب با استفاده از یک پارچه یا گاز استریل، تمیز کنید.

۴. در دوره ۱،۵ تا ۳ سالگی، دندانهای کودک را به کمک مسواکهای انگشتی یا دستی، بدون استفاده از خمیر دندان یا با استفاده از خمیر دندانهای فاقد فلوراید، شب ها قبل از خواب مسواک بزنید.

۵. در سن ۳-۶ سالگی، دندانهای کودک را با مسواکهای دستی یا برقی و خمیر دندانهای فلوراید دار مخصوص کودکان، روزی دو بار (یک بار بعد از صبحانه و یک بار قبل از خواب شب) مسواک بزنید.

۶. از شیشه حاوی شیر، به عنوان پستانک جهت آرام کردن و کمک به خوابیدن کودک استفاده نکنید.

۷. اجازه ندهید کودک با بطری یا شیشه محتوی چیزی غیر از آب در دهانش به خواب برود.

۸. در صورتی که کودک عادت کرده در شب مکرراً شیر بخورد، سعی کنید به تدریج تعداد دفعات شیرخوردن را کاهش دهید و بعداز هر بار شیردهی به کودک آب بخوراند تا اضافات شیر از روی دندانهای کودک پاک شود.

۹. تغذیه کودک از شیشه شیر را در حدود سن ۱۲-۱۴ ماهگی متوقف و او را به نوشیدن از فنجان یا لیوان تشویق کنید.

۱۰. اجازه ندهید کودک در طول روز، مکرراً میان وعده های پوسیدگی زا از قبیل: انواع شیرینی، کلوچه، کیک، بیسکویت، پفک، چیپس و غیره مصرف کند. در صورت تمایل کودک به اینگونه خوراکی ها بهتر است آنها را به طور یکجا و بعد از صرف وعده های غذایی اصلی به او داد.

۱۱. برنامه زمانی منظمی برای وعده های غذایی اصلی کودک و نیز میان وعده ها طرح ریزی کنید و تعداد میان وعده ها را به حداقل برسانید. ۱۲. کودک را تشویق کنید بجای خوراکیهای پوسیدگی زا، از ترکیبات غیر پوسیدگی زا مثل پنیر، ماست، میوه، سالاد و مغزها (مثل پسته، بادام) در میان وعده ها استفاده کند.

دکتر ابوالفضل شفیعی  
دندان پزشک متخصص کودکان

طراحی بمفلت: حسین سلطانی  
دندانپزشکی گیلان