

توصیه‌های دندانگیر



دکترای تخصصی آموزش بهداشت و ارتقای سلامت
اعظم گودرزی

در دوران دبستان صدماتی به سر و صورت کودکان وارد می‌شود. گاهی در شرایطی نظیر زمین خوردن، ورزش، آب خوردن از شیر آب و دعوای کودکان، آسیب‌هایی به سر و صورت می‌رسد. ضربه به دندان‌ها در حین بازی کودکان شایع است و ممکن است آسیب‌هایی با شدت‌های متفاوت (از یک ترک ساده‌ی مینایی تا شکستگی استخوان فک) ایجاد کند.



در این‌گونه موارد چگونگی برخورد با کودک آسیب‌دیده بسیار اهمیت دارد. در این باره باید به نکات زیر توجه کرد:

۱. ضمن حفظ خونسردی، شرح حادثه (کی، کجا و چگونه) را جویا شوید. به سرعت با والدین کودک تماس بگیرید و کودک را به صورت اورژانسی پیش دندانپزشک بفرستید.
 ۲. در آسیب‌های وارد شده به دندان‌های شیری، که بیشتر به صورت لق‌شدگی دندان مشاهده می‌شود، در صورتی که جراحی در اطراف دندان باشد، ابتدا محل را با آب شست‌و‌شو دهید و سپس برای توقف خونریزی، گاز تمیزی را به مدت پنج دقیقه با فشار روی ناحیه‌ی آسیب‌دیده نگه‌دارید. سپس برای بررسی‌های بیشتر به دندانپزشک مراجعه کنید.
 ۳. در آسیب‌های وارد شده به دندان‌های دائمی، کودک به دندانپزشک ارجاع داده شود. در صورتی که فقط قسمتی از تاج دندان شکسته شده باشد، تکه‌ی دندان را با کودک همراه کنید. دندانپزشک معمولاً با استفاده از مواد ترمیمی هم‌رنگ، دندان را بازسازی می‌کند.
- نکته:** تکه دندان شکسته باید در محیط مرطوب نگه داشته شود.
- در اینجای حالت‌های دیگر این وضعیت را نیز بررسی می‌کنیم:

بیرون افتادن دندان از دهان

الف) دندان دائمی: بعضی اوقات خوردن ضربه به دندان‌های قدامی، باعث بیرون افتادن کامل دندان می‌شود. در مورد دندان‌های دائمی، بهترین کار این است که دندان از سمت تاج نگه داشته شود و زیر جریان ملایم آب یا آب جوشیده‌ی سرد گرفته شود. در این حالت به هیچ وجه دندان و به‌خصوص ریشه نباید با پارچه یا دست پاک شود. سپس باید در یک محیط مرطوب مثل سرم شست‌و‌شو، شیر، آب جوشیده‌ی سرد شده یا بزاق قرار گیرد و بلافاصله (در حداقل زمان ممکن) به دندانپزشک ارجاع شود.

ب) دندان شیری: به دلیل آسیبی که ممکن است به دندان دائمی زیرین برسد، نباید برای گذاشتن دندان شیری در محل حفرةی دندانی مربوطه‌اش

تلاش کرد، ولی باید بیمار به صورت فوری پیش دندانپزشک فرستاده شود.

نکته: در صورتی که کودک قبلاً به‌طور کامل واکسینه نشده و زخم آلوده باشد، لازم است یک نوبت واکسن کزاز به وی تزریق شود.

توصیه‌ها:

- اگر در سنین هفت تا یازده سالگی، در اثر تصادف، افتادن از پله یا دوچرخه، هنگام بازی یا دعوا و کشمکش یا به هر دلیل دیگر، دندان دائمی از محل خود کنده و از دهان خارج شود: آرامش خود را حفظ کنید و به هیچ وجه دندان را دور نیندازید.
- به هیچ وجه سطح دندان را دست‌کاری نکنید.
- دندان را از قسمت تاج آن بگیرید. تا حد امکان با آب جوشیده شست‌و‌شو دهید و در محیطی مرطوب نگه‌دارید و بلافاصله به دندانپزشک مراجعه کنید.
- به هیچ وجه دندان را داخل دستمال کاغذی یا پارچه قرار ندهید. محیط دندان باید مرطوب باشد.
- مهم‌ترین عامل موفقیت در جوش خوردن دوباره‌ی دندان در داخل استخوان فک آن است که هر چه سریع‌تر در جای خودش قرار گیرد. با گذشت هر دقیقه، میزان موفقیت کاهش می‌یابد. بنابراین، باید هر چه زودتر به دندانپزشک مراجعه کنید.
- ممکن است در مواردی دندان از دهان خارج نشده باشد، ولی قسمتی از تاج آن شکسته باشد. در این شرایط بهتر است قسمت شکسته‌ی تاج دندان را دور نیندازید و آن را نزد دندانپزشک ببرید. دندانپزشک ممکن است هنگام ترمیم تاج دندان از «تکه‌ی شکسته» هم استفاده کند.

منابع:

۱. World Health Organization. (2013). Oral health surveys: basic methods. World Health Organization.

۲. وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی (۱۳۹۰).

دانستنی‌های بهداشت دهان و دندان ویژه‌ی مربیان بهداشت و معلمان انتشارات گلابگیر. چاپ اول

۳. Dooley, D., Moultrie, N. M., Heckman, B., Gansky, S. A., Potter, M. B., & Walsh, M. M. (2016). Oral health prevention and toddler well-child care: routine integration in a safety net system. *Pediatrics*, 137(1), e20143532.