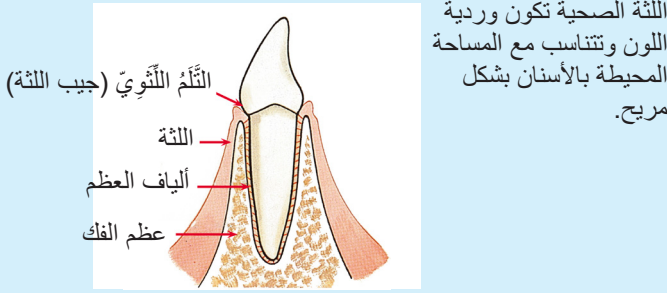


يقدم هذا الكتيب معلومات حول اثنين من أمراض اللثة الأكثر شيوعًا: التهاب اللثة ومرض دَوَاعِمِ السِّنِّ.

الأسنان الصحية

يحتوي السن على تاج وجذر. التاج هو الجزء المرئي، بينما الجذر لا يكون مرئيًا في العادة. يكون الجذر مغطى بمادة تُسمى المِلاط، وهو مُلحق بعظم الفك عن طريق ألياف العظم. تغطي اللثة عظم الفك وتناسب الأسنان بشكل مريح. يوجد بين اللثة وكل سن التَلْمُ اللَّثَوِيّ، وهو مساحة تشبه الجيب وعادةً ما يكون بعمق مليمترين. يكون سطح اللثة الصحية وردي اللون ومُرَقَطًا قليلًا.



كيف تتجنب الإصابة بأمراض اللثة

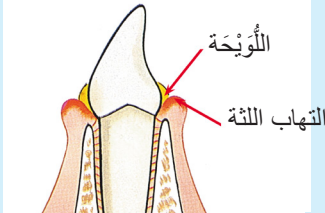
لتجنب التلف الدائم للثتك وتقليل الأسنان، يجب عليك تنظيف أسنانك يوميًا لإزالة الطلاء الجرثومي (اللويحة) التي تتكون بطريقة طبيعية على الأسنان. لا تصل فرشاة الأسنان العادية إلى الفجوات التي توجد بين الأسنان. لتنظيف الفجوات ستحتاج إلى استخدام خلة أسنان أو فرشاة التنظيف بين الأسنان، بناءً على حجم الفجوات.

ملاحظة:

إزالة فضلات الطعام ليس بالأمر الكافي؛ فأنت تحتاج أيضًا إلى إزالة اللويحة الجرثومية التي تغطي أسنانك. سيقدم لك طبيب أو أخصائي الأسنان التعليمات الأساسية الخاصة بالتنظيف اليومي للأسنان. لا يسبب مرض اللثة ألمًا دائمًا، ولذلك قد لا تلاحظ أن أسنانك في خطر. وهذا هو السبب في ضرورة زيارتك لطبيب أو أخصائي الأسنان للفحص بشكل منتظم.



التهاب اللثة. اللثة حمراء اللون ومتورمة ومترهلة حول الأسنان.



التهاب اللثة

إذا لم تنظف أسنانك يوميًا، فستؤدي اللويحة الموجودة على طول حافة اللثة إلى حدوث بعض الالتهابات في اللثة، وتسمى هذه الحالة "التهاب اللثة". تُصبح اللثة حمراء ومتورمة وتنزف بسهولة عندما تغسل أسنانك بالفرشاة. يمكن أن يكون النزيف من أعراض التهاب اللثة. إذا تم ترك اللويحة بدون إزالة لعدة أيام، فستتحول إلى راسب صلب يُسمى دُرْدِيّ القَلْح. يقوم السطح الحاد لدُرْدِيّ القَلْح بحصر المزيد من البكتيريا ويزيد من سرعة تكوين دُرْدِيّ القَلْح. يكون دُرْدِيّ القَلْح أصفر باهتًا في البداية، وسرعان ما يُصبح ملطخًا بلون أغمق بسبب القهوة والشاي والمسردة والنيبيذ الأحمر وغيرهم.

معالجة التهاب اللثة

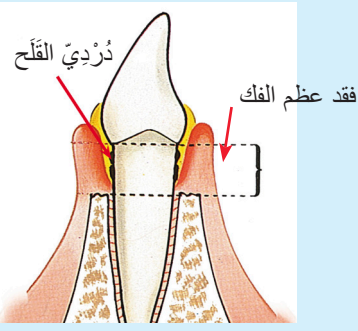
إذا تمت إزالة اللويحة ودُرْدِيّ القَلْح بشكل منتظم، فسيتضاءل الالتهاب وتصبح لثتك صحية مرة أخرى. أعلى حافة اللثة يمكنك إزالة اللويحة بنفسك، بينما يجب إزالة دُرْدِيّ القَلْح واللويحة أسفل حافة اللثة من قبل طبيب أو أخصائي الأسنان. يكون بعض الأشخاص أكثر عرضة لنمو اللويحة وبالتالي قد يكون عليك الذهاب إلى طبيب الأسنان للحصول على المزيد من العلاج الدائم.

مرض دَوَاعِمِ السِّنِّ

التهاب دَوَاعِمِ السِّنِّ أو مرض دَوَاعِمِ السِّنِّ يبدأ كالتهاب في اللثة. وينتشر الالتهاب الأولي في اللثة إلى الأسفل إلى أن يصل لمنطقة جذر السن، مما يؤدي إلى تقلل مُرتكز السن والانتشار في عظم الفك. بهذه الطريقة تتعمق المساحة التي تشبه الجيب الموجودة بين اللثة والسن تدريجيًا لكن بدون أن تلاحظ أنت ذلك. إذا شعرت بتقليل في أسنانك، فقد يكون ذلك أحد أعراض مرض دَوَاعِمِ السِّنِّ المتقدم. ويعني ذلك أن اللويحة ودُرْدِيّ القَلْح قد تحركا إلى مسافة بعيدة أسفل جذر السن ويستحيل أن تزيلهما أنت بنفسك.

معالجة مرض دَوَاعِمِ السِّنِّ

الهدف من المعالجة المهنية لمرض دَوَاعِمِ السِّنِّ في المقام الأول هو إيقاف تقدم المرض. في معظم الحالات، لا يمكن إعادة أي مُرتكز مفقود من السن. سيقوم الطبيب أو أخصائي الأسنان في البداية بإعطائك إرشادات عن التنظيف اليومي للأسنان. ثم يقوم بالتنظيف أسفل اللثة المحيطة بكل الأسنان المصابة، وعادة ما يكون ذلك بعد إعطاء مخدر. تكون عملية "التنظيف العميق" هذه صعبة وتستغرق وقتًا طويلاً، وعادةً يجب إجراؤها في جلسات عديدة منفصلة عند طبيب الأسنان. إذا كان فقد مُرتكز السن متسماً في سنة أو أكثر، وكانت نتائج أول تنظيف مهني غير مرضية، فقد يكون من الضروري إجراء عملية جراحية.



صورة للأشعة السينية (X-ray) تكشف مدى فقد عظم الفك حول السن.



يقوم طبيب أو أخصائي الأسنان بقياس عمق جيب اللثة بألة خاصة.



عمق جيب اللثة هنا هو 6 ملليمتر.

الهدف هو:

- الحصول على إمكانية الوصول إلى الجذر لإزالة كل من اللويحة ودُرْدِيّ القَلْح
 - تقليل عمق جيب اللثة
 - إعادة تثبيت السن باستخدام آليات مخصصة إذا كان ذلك متاحاً (للمزيد من المعلومات حول أحدث العمليات، اطلع على المذكور بالأعلى)
- يتم دائماً إجراء أي عملية جراحية تحت تأثير المخدر الموضعي.

ما بعد الجراحة

عادةً، تكون الجراحة عبارة عن عملية متوسطة تسبب إزعاجاً بسيطاً بعدها. يجب عليك استخدام غسول مطهر للفم لبعض الوقت بعد العملية لأن استخدام فرشاة الأسنان يعرقل عملية الشفاء ويمكن أن يؤدي إلى تلف اللثة التي تمت معالجتها. يمكنك معاودة ممارسة روتين تنظيف أسنانك المعتاد عادةً في حال شفاء اللثة ويخبرك طبيب الأسنان بأن ذلك سيكون آمناً. ويكون لأمر الحفاظ على منطقة ما بين السن واللثة خالية من اللويحة أهمية خاصة.

قد تؤدي الجراحة إلى "إطالة الأسنان" لأن بعض الجذور يتم كشفها، لكن العلاج الحديث يهدف إلى تجنب ذلك عن طريق تحديد التقنية الجراحية الملائمة. بعض المرضى يشعرون أن أسنانهم متقلقلة بعد الجراحة مباشرة، لكن هذا الشعور مؤقت. قد تكون الأسنان أيضاً أكثر حساسية للأشياء الباردة والساخنة. وعادةً يتم التخلص من هذه الحساسية عن طريق استخدام غسول الفلورايد يومياً أو معجون أسنان مخصوص.

رعاية ما بعد العملية/المداومة

- من أجل التحسن الدائم وتجنب الإصابة بمرض دَوَاعِمِ السِّنِّ مرة أخرى، سيتعين عليك القيام بما يلي:
- الإبقاء على سطح أسنانك أعلى حافة اللثة مباشرةً نظيفاً
 - اذهب للحصول على فحوصات منتظمة من طبيب أو أخصائي الأسنان

أحدث وسائل العلاج

كان الحلم دائماً هو نمو عظم الفك مرة أخرى بحيث يمكن إعادة ارتكاز الأسنان من جديد. توصلت الأبحاث إلى تقنيات متعددة، والتي قد تُعزز في بعض الحالات تجدد مُرتكزات الأسنان المفقودة. يمكن استخدام هذه التقنيات لتكملة الجراحة. لا تُستخدم المضادات الحيوية على نطاق واسع لعلاج أمراض اللثة، لكن قد تكون مطلوبة في بعض الحالات، سواء بوضعها مباشرةً في جيب اللثة أو تناولها كجرعة من الأقراص.

التبغ وصحة الأسنان

يسبب التدخين وأي شكل آخر من أشكال استخدام التبغ إلى تلطيخ الأسنان والحشوات. تصبح اللثة ملطخة لدى الأشخاص الذين يستخدمون التبغ عن طريق الفم. إن الرابط بين استخدام التبغ وعدد من أمراض التجويف الفموي، بدءاً من أمراض اللثة إلى السرطان، واضح. توصل بحث حديث إلى أن الإصابة بمرض دَوَاعِمِ السِّنِّ الحاد يكون أكثر لدى المدخنين عن نظيرهم من غير المدخنين. كما أنه من الصعب أيضاً بشكل أكبر معالجة مرض دَوَاعِمِ السِّنِّ وتحقيق الشفاء المستقر إذا كنت تدخن. تحدث إلى طبيب أو أخصائي الأسنان بشأن كيفية الإقلاع عن استخدام التبغ.

أسأل طبيب أو أخصائي الأسنان

يقدم هذا الكتيب معلومات أساسية حول الأسباب التي تؤدي إلى أمراض اللثة وما يمكنك فعله لتجنبها، وخيارات العلاج المهني المتاحة. إذا كنت متشككاً من شيء ما، فاسأل طبيب أو أخصائي الأسنان.

التسديد

قد يتم تسديد جزء من تكلفة تقديم العلاج المنتظم ورعاية ما بعد العملية بالنسبة لأمراض اللثة إلى طبيب الأسنان بناءً على معدلات ثابتة (تُراجع سنوياً) وفقاً لـ Norwegian National Insurance Scheme. اسأل طبيب الأسنان إذا كنت مستحقاً للحصول على العلاج المدعوم.