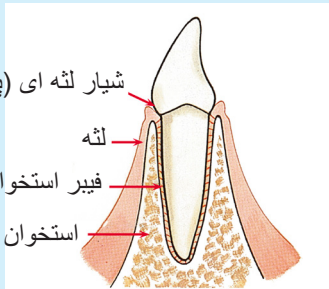
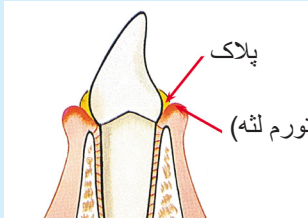


# بیماری های لثه

در این دفترچه اطلاعاتی درباره دو مورد از معمول ترین بیماری های لثه آورده شده است. بیماری ژنژیویت و پریودنتال.



لثه های سالم صورتی رنگ هستند و محکم در اطراف دندان قرار گرفته اند.



ژنژیویت (تورم لثه) لثه قرمز است و در اطراف دندان دارای برآمدگی و فرورفتگی است.

## دندان های سالم

دندان از تاج و ریشه تشکیل شده است. تاج به قسمت قابل مشاهده گفته می شود در حالی که ریشه معمولاً قابل مشاهده نیست. ریشه با ماده ای به نام سمنتوم (ساروجه) پوشیده می شود که با کمک فیبرهای استخوان به استخوان فک متصل می شود. لثه روی استخوان فک را می پوشاند و به راحتی در برابر دندان ها قرار می گیرد. بین لثه و هر دندان یک شیار لثه ای قرار دارد که که فضایی مانند یک محفظه (پاکت) است و معمولاً عمقی چند میلی متری دارد. سطح لثه سالم صورتی رنگ است و کمی لکه دارد.

## نحوه جلوگیری از ایجاد بیماری های لثه

برای جلوگیری از بروز آسیب دائمی به لثه ها و از بین رفتن دندان ها، باید هر روز دندانان را تمیز کنید تا روکش باکتری (پلاک) که به صورت طبیعی بر روی دندان تشکیل می شود پاک شود. یک مسواک معمولی نمی تواند به فاصله بین دندان ها دسترسی داشته باشد. بسته به اندازه این فاصله، برای تمیز کردن این فاصله نیز لازم است از خلال دندان یا یک مسواک بین دندان استفاده کنید.

## توجه:

اینکه باقی مانده های غذا را از بین دندان ها پاک کنید کافی نیست بلکه لازم است روکش پلاک باکتری را از روی دندانان پاک کنید. دندانپزشک/متخصص بهداشت دهان و دندان دستورالعمل های اولیه مربوط به تمیز کردن روزانه را در اختیار شما قرار می دهد. بیماری لثه معمولاً درد ایجاد نمی کند بنابراین ممکن است متوجه نباشید که دندانهایتان در معرض خطر هستند. به همین دلیل است که باید مرتباً برای انجام چک آپ به دندانپزشک/متخصص بهداشت دهان و دندان مراجعه کنید.

## ژنژیویت

اگر هر روز دندانان را تمیز نکنید، پلاک موجود در حاشیه لثه سبب تورم لثه ها می شود که به این شرایط ژنژیویت گفته می شود. لثه قرمز رنگ و متورم می شود و هنگامی که دندانان را مسواک می زنید به راحتی دچار خونریزی خواهد شد. این خونریزی ممکن است نشانه ژنژیویت باشد.

اگر پلاک برای مدت چند روز پخش نشود، ماده ای سخت بر روی دندان به جای می گذارد که به آن تارتار (جرم) گفته می شود. این سطح سخت تارتار سبب جذب میزان بیشتری باکتری می شود و سبب می شود مقدار بیشتری تارتار ایجاد شود. رنگ تارتار در ابتدا سفید است اما به زودی و با مصرف قهوه، چای، خردل، شراب قرمز و دیگر موارد تیره تر و لکه مانند می شود.

## درمان ژنژیویت

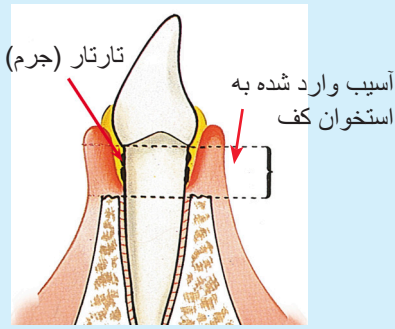
اگر پلاک و تارتار مرتباً پاک شوند، ژنژیویت از بین می رود و لثه تان دوباره سالم خواهد بود. در بالای خط لثه می توانید خودتان پلاک ها را پاک کنید در حالی که تارتار و پلاکی که در زیر خط لثه هستند باید توسط دندانپزشک/متخصص بهداشت دهان و دندان برداشته شود. بعضی از افراد بیشتر در معرض افزایش مقدار تارتار هستند و ممکن است لازم باشد بیشتر به دندانپزشک مراجعه کنند.

## بیماری پریودنتال

بیماری پریودنتال با ژنژیویت شروع می شود. تورم اولیه لثه به پایین و سمت ریشه دندان گسترش پیدا می کند، قسمت متصل شده دندان را شل می کند و در طول استخوان فک ادامه پیدا می کند. به این شکل فاصله کیسه مانند بین لثه (پاکت لثه) و دندان به تدریج عمیق تر می شود اما خودتان متوجه این حالت نمی شوید. اگر احساس کردید دندانان شل (لق) شده است ممکن است علامت بیماری پریودنتال گسترش یافته باشد. این به معنی آن است که پلاک و تارتار به عمق بسیار زیادی نزدیک به ریشه دندان رسیده اند و خودتان نمی توانید آنها را پاک کنید.

## درمان بیماری پریودنتال

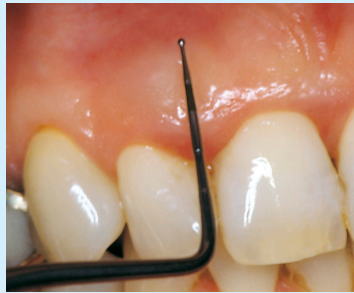
هدف از درمان حرفه ای بیماری پریودنتال این است که در ابتدا از پیشرفت بیشتر این بیماری جلوگیری شود. در بیشتر موارد در صورتی که محل اتصال دندان شل شود دیگر امکان ترمیم آن وجود ندارد. ابتدا دندانپزشک/متخصص بهداشت دهان و دندان به شما آموزش می دهد که روزانه دندانهایتان را تمیز کنید. معمولاً بعد از استفاده از ماده بی حسی قسمت زیر لثه و اطراف دندان هایی که تحت تأثیر این بیماری قرار گرفته اند را تمیز می کنند. "تمیز کردن عمیق" مرحله سخت و وقت گیری است و معمولاً باید در چند جلسه توسط دندانپزشک انجام شود. اگر شل شدن محل اتصال دندان بین یک یا تعداد بیشتری از دندان ها گسترده شده است و نتیجه حاصل از اولین جلسه تمیز کردن حرفه ای رضایت بخش نیست، ممکن است لازم باشد جراحی انجام دهید.



در تصویر اشعه ایکس میزان آسیب وارد شده به استخوان فک در اطراف دندان نشان داده می شود.



دندانپزشک/متخصص بهداشت دهان و دندان عمق پاکت لثه را با استفاده از ابزاری خاص اندازه گیری می کند.



در اینجا عمق پاکت لثه 6 میلی متر است.

هدف از انجام این کار:

- دسترسی به ریشه برای برداشتن پلاک و تارتار
- کاهش عمق پاکت لثه
- در صورت امکان اتصال مجدد دندان با استفاده از روش های خاص (برای اطلاعات بیشتر درباره جدیدترین مراحل موجود به قسمت زیر مراجعه کنید)

هرگونه جراحی با استفاده از بی حسی موضعی انجام می شود.

## بعد از جراحی

معمولاً جراحی یک مرحله ملایم است که بعد از آن فقط کمی احساس ناراحتی خواهید کرد. تا مدتی بعد از جراحی باید دهانتان را با استفاده از مایع دهان شویه ضد عفونی کننده تمیز کنید زیرا استفاده از مسواک در مراحل ترمیم اختلال وارد می کند و می تواند به لثه درمان شده آسیب وارد کند. بلافاصله بعد از ترمیم شدن لثه و بعد از اینکه دندانپزشک درباره ایمن بودن این کار به شما اطلاع داد می توانید مراحل معمول تمیز کردن دندان را ادامه دهید. مخصوصاً بسیار مهم است که فاصله بین دندان و لثه بدون هرگونه پلاکی باشد. جراحی ممکن است باعث "بلند شدن دندان ها" شود زیرا بعضی از ریشه ها بیرون می زنند اما در روش درمان مدرن با انتخاب روش جراحی مناسب از بروز چنین حالتی جلوگیری می شود. بعضی از بیماران بلافاصله بعد از جراحی ممکن است احساس کنند که دندانهایشان شل شده اند اما این حالت موقتی است. همچنین ممکن است دندان ها نسبت به سرما و گرما حساسیت بیشتری نشان دهند. معمولاً با شستشوی روزانه توسط فلوراید یا خمیردندان هایی مخصوص می توانید این حساسیت را درمان کنید.

## مراقبت ها و رسیدگی های بعدی

برای اینکه بهبودی ماندگار باشد و اینکه دیگر بیماری پریودنتال بروز نکند، لازم است کارهای زیر را انجام دهید:

- سطح دندان که بالاتر از خط لثه قرار دارد را تمیز نگهدارید
- مرتباً برای چک آپ به دندانپزشک/متخصص بهداشت دهان و دندان مراجعه کنید

## جدیدترین درمان ها

همیشه این آرزو وجود داشته است که استخوان فک دوباره رشد کند تا امکان اتصال مجدد دندان ها وجود داشته باشد. تحقیقات انجام شده چندین روش را شناسایی کرده است که در برخی موارد ممکن است سبب تولید مجدد قسمت های متصل دندانی که از بین رفته است شود. ممکن است از این روش ها برای تکمیل مراحل جراحی استفاده شود. برای درمان بیماری لثه زیاد از آنتی بیوتیک ها استفاده نمی شود اما ممکن است در برخی موارد انجام این کار مناسب باشد، در این حالت آنتی بیوتیک مستقیماً در پاکت لثه وارد می شود یا به صورت قرص مصرف خواهد شد.

## ارتباط بین مصرف توتون و تنباکو و سلامت دندان ها

سیگار کشیدن و دیگر موارد استفاده از توتون و تنباکو سبب ایجاد لکه بر روی دندان و قسمت های پر شده می شود. همچنین در افرادی که از تنباکوی جویدنی استفاده می کنند ممکن است لثه ها لکه شوند. ارتباط بین مصرف دخانیات و بروز تعدادی از بیماری های دهانی از بیماری های لثه تا سرطان به خوبی ثابت شده است. تحقیقات اخیر نشان می دهد که بروز بیماری پریودنتال در سطحی شدیدتر در افرادی که از دخانیات استفاده می کنند در مقایسه با افرادی که از دخانیات استفاده نمی کنند بسیار بیشتر است. همچنین در صورت مصرف دخانیات درمان بیماری پریودنتال و رسیدن به درمان ماندگار سخت تر است. درباره نحوه ترک توتون و تنباکو با دندانپزشک/متخصص بهداشت دهان و دندان خودتان صحبت کنید.

## از دندانپزشک یا متخصص بهداشت دهان و دندان سؤال کنید

در این دفتر چه اطلاعات اصلی درباره دلایل بروز بیماری های لثه عنوان شده است، اینکه برای جلوگیری از بروز این بیماری باید چه کاری انجام دهید و همچنین اینکه گزینه های درمانی حرفه ای موجود چه مواردی هستند. اگر نسبت به موردی اطمینان ندارید، از دندانپزشک/متخصص بهداشت دهان و دندان سؤال کنید.

## برگشت هزینه ها

بر اساس طرح بیمه ملی نروژ، بخشی از هزینه های مربوط به ارائه درمان های سیستماتیک و هزینه های مربوط به مراحل بعد از درمان بیماری های لثه ممکن است بر اساس نرخ های ثابت (که به صورت سالیانه تغییر می کنند) به دندانپزشک برگردانده شود. از دندانپزشک/متخصص بهداشت دهان و دندان درباره اینکه آیا مشمول درمان با کمک هزینه پزشکی می شوید یا خیر سؤال کنید.