

## صحة الأسنان عند الأطفال



بالنسبة لصحة الأسنان عند الأطفال، فإنّ تعليم العادات الصحيحة والابتعاد عن المضار، يساعدان أطفالنا في المحافظة على الأسنان والفم، ويقدمان أسلوب حياة صحيّ ويمنعان زيارة طبيب الاسنان.

تعرفوا على عدد من العوامل البسيطة والمهمّة، بالنسبة لصحة الأسنان عند الأطفال تجنب الطفل زيارات هو بالغنى عنها لطبيب الأسنان:

1- الاهتمام بصحة الأسنان يبدأ باكراً منذ مرحلة الحمل. أخذ مضادات حيوية من عائلة التيتراسايكلين على يد الأمّ، سوف يؤثّر على الجنين وفي كثير من الحالات سيتسبّب بخطوط بنية اللون على أسنانه المستقبلية.

2- في أشهر الطفل الأولى يتغذّى في الأساس على الحليب. كثير من الأهل يتيحون للطفل النوم مع زجاجة الحليب. عادة مرتبطة بشكل مباشر بظاهرة تسمى "تسوس الزجاجة"، تواجد الحليب عند الأسنان الأمامية على مدى أيّام وأسابيع يؤدّي إلى تسوس سريع جدّاً.

3- عادة تنظيف الأسنان بشكل صحيح مهمّة حتى في مرحلة لا يستطيع الطفل فيها التنظيف وحده. يجب البدء بتنظيف الأسنان مع ظهور السن الأوّل، في بادئ الأمر يتم التنظيف بوضع قليل من معجون الأسنان على أصبع الأهل ولاحقاً باستعمال فرشاة أسنان ناعمة.

4- كثير من الأهل يمنعون أطفالهم من شرب مياه الحنفية خوفاً على صحتهم. مع ذلك، فإنّ استعمال المياه المعدنية كبديل، يحرم الطفل من التعرّض للفلور الموجود في مياه الحنفية الذي يساهم في تطوّر الأسنان عند الأطفال لتكون قوية ومقاومة للتسوس. في حال الشكّ بتلوّث في المياه، من الممكن غليان المياه وبذلك نضمن التعرّض للفلور.

5- عادة مص الأصبع أو استعمال المصاصة (اللهاية) لجيل متأخر، يؤثّر بشكل مباشر على الفك وعلى اتجاه نمو الأسنان عند الأطفال. مص الأصبع واستعمال المصاصة لجيل متأخر يمكن أن يؤدي إلى فك ضيق، وغير متطور كفاية أو أسنان غير منتظمة ذات عدّة اتجاهات، ممّا قد يتطلب في الأغلب، علاجاً لتقويم الأسنان في مرحلة البلوغ، في حال تواجد صعوبة في الفطام، من الممكن استشارة طبيب العائلة أو حتى معالج النطق المختص بهذا المجال.

6- تعليم العادات الصحيّة يشمل أيضاً الفم والأسنان. بدءاً من عمر 3-4 سنوات، يجب أن يعتاد الطفل على عادة تنظيف الأسنان صباحاً ومساءً. أكل الحلويات بكمية معقولة، والامتناع عن مسدّيات الأضرار مثل المأكولات الدبقة، حيث يساهم هذا في منع التسوس.

7- كما في كلّ مجال آخر، المواظبة على فحص دوري لدى طبيب الأسنان تمكّن من معالجة المشاكل بمرحلة مبكرة ومنع أضرار أكبر.

من المهم أن نتذكّر، مع أنّ أسنان الحليب ستسقط مستقبلاً، ممنوع أن نهملها. عدم علاج التهاب عميق بالسن، سينتقل بالضرورة إلى برعم السن الثابتة الذي يقبع قريباً من مكان الالتهاب وسيؤثّر على تطوّر السن الثابتة.