

از خونریزی لثه چه میدانید؟



بخش سلامت دهان و دندانپزشکی اجتماعی

دانشکده دندانپزشکی بابل

دکتر مهدی نقیعی _ دکتر عفت خدادادی

گردآورندگان:

کوثر رضایی

زهرا هادیان

الهام یحیی زاده

رکسانا صادق عمل نیک رفتار

منابع:

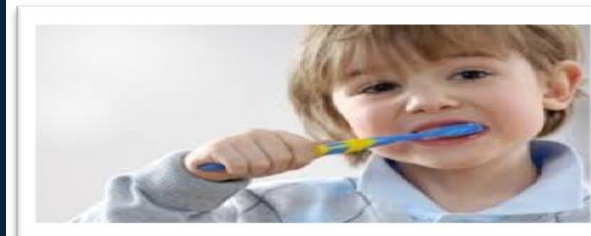
www.hidoctor.ir

Carranza –clinical
periodontology

,michealG.newman,H.takei,Fer
min A .carranza,Perry2015,12th
edition

روش های پیشگیری از خونریزی و تورم لثه

۱. حداقل دو مرتبه در روز صحیح مسواک بزنید.



۲. نخ دندان روزانه را فراموش نکنید.

۳. رژیم متعادل حاوی مقدار کافی از ویتامین ث و کلسیم می باشد.

۴. دهانشویه مصرف کنید.

۵. در مصرف نوشیدنی ها و غذا های فوق العاده سرد یا گرم احتیاط کنید.

۶. با آرامش زندگی کنید.

۷. اگر احساس می کنید که لثه های شما نسبت به خمیر دندانی حساس است، از مارک دیگری استفاده کنید.

۸. بهداشت دهان و دندان خود را به خوبی رعایت کنید و هر شش ماه یکبار برای معاینه به دندانپزشک مراجعه نمایید.

۹. اگر ورم لثه هایتان ناشی از مصرف نوعی دارو است از پزشک خود بخواهید داروهایتان را تغییر دهد.

در صورت مشاهده علائم زیر حتی بدون احساس درد و ناراحتی به پزشک مراجعه کنید

- تغییر اندازه و فرم دندان ها
- خونریزی لثه در هنگام مسواک زدن یا بعد از آن
- شل شدن یا تغییر جای دندان ها
- بوی بد دهان
- لثه قرمز متورم و حساس
- عقب رفتن و یا تحلیل لثه ها
- ۴. تاوول لب یا تیخال شدید و زخم دهان : شکل ظاهری زخم به صورت مرکز سفید و لبه های قرمز است

۵. شیمی درمانی

۶. دخانیات و محصولات تنباکو

- ۷. تغییرات هورمونی : بلوغ ، قاعدگی ، حاملگی و یائسگی با تغییرات هورمونی همراه هستند. که می تواند باعث مشکلات لثه شوند



دلایل تورم و خونریزی لثه:

۱. روش نادرست مسواک زدن : لثه بافت حساسی است و هرچه دندان ها را با وسواس و تحکم بیشتری مسواک بزنید، به آن آسیب بیشتری می رسانید. مسواک انتخابی باید از نوع نرم باشد و انتهای آن تیز نباشد. در هنگام مسواک زدن حرکت ملایم و دوار مسواک برای ماساژ و تمیز کردن دندان به کار می رود. در حالیکه حرکت آن رو به عقب و با فشار، باعث آسیب لثه می شود.

۲. روش نادرست استفاده از نخ دندان : مهمترین نکته حفظ ملایمت در انجام این کار است. بدون فشار آوردن به نخ بین دو دندان ، به آرامی آن را بالا و پایین برده و انحنا و خمیدگی دندان را دنبال کنید.



۳. بیماری های لثه : اگر بهداشت دهان و دندان به درستی رعایت نشود، باکتری ها در سطح دندان تشکیل پلاک (جرم) می دهند. این پلاک و باکتری ها موجب التهاب لثه شده و خونریزی ، قرمزی و تورم را موجب می شوند

لثه نه تنها در زمینه سلامت دندان نقش موثری ایفا میکند بلکه سلامت عمومی بدن را نیز تحت تاثیر قرار می دهد.



زمانیکه صحبت از سلامت دندانها به میان می آید ، بیشتر افراد به آنچه که برای پیشگیری از پوسیدگی دندان مفید است فکر میکنند، در حالیکه توجه به لثه نیز در این راستا حایز اهمیت می باشد.

خونریزی لثه:

عدم درمان خونریزی لثه منجر به کشیدن دندان ها می شود. این مشکل می تواند به استخوان فک نیز آسیب برساند. شایعترین علت این عارضه عدم رعایت بهداشت دهان و تجمع عوامل میکروبی و جرم در لثه است.

خونریزی لثه بیشتر در بزرگسالان شایع است. اما در کودکان هم ممکن است به علت رویش دندان دائمی یا بیماری های سیستمیک ایجاد شود.

در بسیاری از موارد، خونریزی و ورم لثه علامتی از بیماری های لثه می باشد، همچنین عوامل دیگری هم وجود دارد که در این زمینه موثر است .