

بخش دوم؛ دندان‌های کودک من از بدو تولد تا سه سالگی

۱ اولین دندان کودک من در چه سنی می‌روید؟

اولین دندان کودکان معمولاً در حدود شش ماهگی می‌روید. معمولاً اولین دندان نمایان شده، از دندان‌های پیشین فک پایین است. البته تجربه نشان می‌دهد که زمان رویش دندان‌های شیری کودکان بسیار متغیر است ولی معمولاً در حدود ۹ ماهگی، کودک ۴ دندان پیشین در فک بالا و ۴ دندان پیشین در فک پایین دارد.

بسیاری از کودکان، نخستین دندان خود را در حدود شش ماهگی درمی‌آورند اما این سن می‌تواند از سه تا دوازده ماهگی متغیر باشد.

۲ از چه سنی باید شروع به تمیز کردن دندان‌های کودک خود کنم؟

ساده‌ترین پاسخ این است که از ابتدای رویش اولین دندان شیری کودکان، این مراقبت باید صورت گیرد. همچنین باید توجه داشت

که نه تنها دندان‌های شیری نیاز به مراقبت و تمیز کردن دارند بلکه لثه‌ی کودکان نیز باید نگهداری و تمیز شود. حتی قبل از رویش دندان‌های کودکان، لازم است به طور مرتب دهان او را تمیز کنید.



۳ بهترین روش برای تمیز کردن دهان کودک من تا سه سالگی چه روشی است؟

برای تمیز کردن دهان کودکان روش‌های مختلفی پیشنهاد شده است که متداول‌ترین آن‌ها تمیز کردن با یک تکه پارچه‌ی تمیز می‌باشد که این تکه پارچه را می‌توان با شستن و خشک کردن روزانه تمیز نگاه داشت. تمیز کردن دهان معمولاً قبل از خواب کودک انجام می‌شود. در هنگام رویش اولین دندان کرسی می‌توان با استفاده از مسواک نرم سطح جونده‌ی دندان‌ها را تمیز کرد.

پس از هر وعده‌ی غذایی با استفاده از همین پارچه یا پارچه‌ی تمیز و مرطوبی که دور انگشت خود پیچیده‌اید، لثه‌ی کودک را ماساژ دهید. برای برداشتن بقایای مواد غذایی از دهان کودک، می‌توانید از مسواک‌های انگشتی که از جنس لاستیک نرم هستند نیز استفاده کنید. با قرار دادن این مسواک روی انگشت اشاره‌ی خود، به راحتی می‌توانید دهان کودک را پاک کنید. این مسواک‌های انگشتی را می‌توانید از داروخانه تهیه کنید.



بخش هفتم؛ دندان‌های کودک من چگونه دچار بی‌نظمی و به‌هم‌ریختگی می‌شوند؟

به‌هم‌ریختگی دندان‌های کودک عوامل زیادی دارد؛ به طور خلاصه به تعدادی از آن‌ها اشاره می‌کنیم:

۱- **پوسیدگی دندان‌های شیری:** زود از دست رفتن دندان‌های شیری باعث می‌شود دندان‌ها به تدریج به محل دندان از دست‌رفته تمایل پیدا کنند و کم‌کم جای خالی آن را پر کنند. در نتیجه رویش دندان دائمی جانشین به خطر می‌افتد و دندان دائمی با کمبود فضا مواجه می‌شود. در این جا باید دو مورد را یادآوری کنیم؛ اگر پس از حذف دندان شیری، هنوز فضای آن از بین نرفته است، نگهداری این فضا توسط ابزارهایی معروف به فضا نگهدارنده‌ها امکان‌پذیر است. بنابراین باید در اسرع وقت به دندان‌پزشک مراجعه شود.

اگر فضا از دست‌رفته باشد می‌توان با مراجعه به دندان‌پزشک و استفاده از وسایل مخصوص، فضای از دست‌رفته را دوباره به دست آورد. روش دوم امکان‌پذیر اما کاری زمان‌بر و پرهزینه است.



۲- عامل وراثت: این عامل می‌تواند در اندازه‌ی فک تأثیرگذار باشد. به دلیل کوچک‌تر بودن فک نسبت به اندازه و تعداد دندان‌ها، به‌هم‌ریختگی دندان‌ی رخ می‌دهد که البته با تشخیص زودهنگام، می‌توان از ایجاد این مشکل جلوگیری کرد. لازمه‌ی این کار نیز مراجعه‌ی به‌موقع به دندان‌پزشک و تحت نظر قرار دادن کودک در سنین پایین است. تمامی کودکان تا سن ۸ سالگی حتماً باید یک بار ویزیت ارتودنسی شوند.

۳- بعضی از عادات دهانی: مثلاً عادت مکیدن انگشت مشکلاتی را در شکل فک و ترتیب قرار گرفتن دندان‌ها ایجاد می‌کند. این عادت می‌تواند:

■ باعث ایجاد فاصله بین فک بالا و پایین شود و در هنگام بستن دهان بین دو فک فاصله‌ای دیده شود.

■ باعث می‌شود دندان‌های پیشین فک بالا به سمت جلو متمایل شوند و دندان‌های پیشین فک پایین به سمت عقب متمایل پیدا کنند.

■ باعث تنگی قوس فک بالا شود.

