



عن نخر الأسنان

نخر الأسنان، ثقب في السن، هو مرض يظهر عندما تشكل بكتيريا ضارة حوامض في الأسنان

لماذا أحصل على ثقب في السن؟

عندما تأكل شيئا يحتوي على السكر أو الكربوهيدرات تبدأ البكتيريا بتشكيل حمضيات مسيئة تسبب تآكل الأسنان الهجمة الحمضية تدوم حوالي نصف ساعة عادةً لعاب الفم يصحح الضرر في اللعاب بعد الهجمة الحمضية إذا كان يوجد فليورين في اللعاب من خلال فرشاة الأسنان يوميا بمعجون أسنان يحتوي على الفلورين مثلا، فهذا يساعد التعافي بواسطة اللعاب بطريقة أفضل

كيف يمكن تحاشي الثقوب في الأسنان؟

أهم شيء العناية بصحة الفم وفرشاة دقيقة للأسنان مرتين في اليوم بمعجون الفلورين وتنظيف الفراغ ما بين الأسنان في هذه الحال لن يتسنى للبكتيريا أن تدوم حاول أن تأكل بانتظام وتحاشي أكل الوجبات الصغيرة ننصح بتعاطي أربعة الى ستة وجبات في النهار بما فيها الوجبة الخفيفة

كيف أدرك أنني حصلت على ثقب في السن؟

نخر الأسنان الباكر قد يظهر كبقعة بيضاء أو خط في السن نخر الأسنان المبكر لا يُشعر به، لكن إذا أصبح الثقب عميقا ممكن الشعور بوخز أو لمعان عارض آخر هو الشعور بأنك تمغض بسنك إذا شعرت بألم هذا يعني أن الإصابة ناتجة عن ثقب عميق

خطر متزايد للثقب؟

إذا كان من السهل عندك بالحصول على ثقب قد تحتاج الى إضافة الفلورين عبر الشطف الفم يوميا من أجل حماية أفضل للأسنان قد تحتاج أيضا الى زيارات متكررة لمركز رعاية الأسنان نشاف الفم الناتج عن تعاطي الدواء أو المرض قد يسبب أيضا ثقب في الأسنان



من أفضل النصائح لدينا

وجبات طعام بانتظام
(٤-٦ وجبات في النهار)

فرشاة الأسنان صباحا ومساءً
بمعجون يحتوي على الفلورين

زيارة مركز رعاية الأسنان بانتظام من أجل منع
والوقاية من النخر