كيف احافظ علي اسنان طفلي سليمه؟

ما هي الاسنان اللبنيه:هي الاسنان التي تظهر بعد عده اشهر من ولاده الطفل اثناء فتره الرضاعه.وهي تتميز بصغر حجمها بالمقارنه مع الاسنان الدائمه و عددها عشرون سن .و تبدا بالظهور ما بين الشهر الخامس و السابع من عمر الطفل.و تستمر بالبزوغ حتي الشهر الرابع و العشرون من عمر الطفل . و الاسنان اللبنيه تتكون داخل فك الطفل اثناء فتره الحمل مما يجعلها دليلا قويا على مدى صحه و جودة تغذيه الام اثناء الحمل فهي تتاثر بنقص الكالسيوم لدي الام مما يجعل تلك الاسنان اضعف و عرضه للتسوس في بعض الاحيان مع سوء تغذيه الام اثناء الحمل او الرضاعه.

واحيانا بعض الاطفال يعانون من تاخر التسنين او زياده عدد الاسنان عن الطبيعي و في كلتا الاحوال يجب علي الام او الاب التوجه الي طبيب الاسنان و عمل بعض الاشعات للتاكد من عدم وجود اي امراض او متلازمات لدي الطفل.

والتسنين له بعض الاعراض التي تظهر علي الطفل مثل زياده افراز اللعاب ,البكاء الكثير,قله الشهيه, سوء المزاج و العصبيه,الرغبه في عض الاشياء و الاصابع و احيانا يصل الامر الي ارتفاع درجه حراره الطفل. و لذلك هناك بعض الوسائل لتخفيف اعراض التسنين عن الطفل,مثل استخدام عضادات الاسنان الطبيه و يجب ان تكون خامه و تصميم هذه العضادات ملائمه و صحيه للطفل ,اعطاء الطفل بعض الاطعمه التي يمكن عضها مثل الخيار و الموز و التوقف عن خفق الطعام بشكل كامل,استخدام بعض الادويه المسكنه في بعض الاحيان يكون ضروري.والتوقف عن استخدام الكريمات المخدرة الموضعيه علي فم الطفل لما لهذه الكريمات من تاثيرات خطيره علي صحه الطفل العامه.

و للاسنان اللبنيه اهميه كبيره سواء من الناحيه الطبيه او النفسيه للطفل .فوجود الاسنان اللبنيه في فم الطفل يحافظ علي النمو الطبيعي للفك و يحافظ علي اماكن الاسنان الدائمه سليمه مما يجنبنا اللجوء الي تقويم الاسنان فيما بعد,كما ان سوء المضغ لدي الاطفال بسبب تكسر الاسنان له تاثير علي الجهاز الهضمي و يسبب سوء الهضم و الانيميا و مقاومه الانسولين كما انه يزيد من احتماليه تكون الفطريات بالجهاز الهضمي و الفم. اما من الناحيه النفسيه فشكل اسنان الاطفال المتكسر يجعلهم اكثر عرضه للتنمر مما يؤثر سلبا علي حالتهم النفسيه و ثقتهم بانفسهم.و لذلك السؤال الاهم الان كيف احافظ علي صحه فم الطفل؟

و للاجابه علي هذا السؤال علينا ان نبدأ الرحله منذ فتره الحمل .فعلي الام ان تهتم بمستوي الكالسيوم و نوع طعامها طوال فتره الحمل .و الرضاعه الطبيعيه للطفل امر هام جدا خاصه في اول سته اشهر من عمره.و عند بدايه ظهور الاسنان في فم الطفل علي الام ان تنظف الاسنان بقطنه مبلله و تجنب تقبيل الطفل من فمه لعدم نقل البكتريا و الفطريات , و لتحفيز الاسنان علي البزوغ علي الام ان تبدا بتقديم بعض الاطعمه للطفل بدون خفق كامل حتي يبدا في التعود علي المضغ و الاكل علي ان يكون هذا الطعام مناسب لمرحله الطفل العمريه.

و من اهم الامور التي يجيب تعويد الاطفال عليها منذ الصغر هو تجنب النوم و في داخل فم الطفل اكل او حلوي او البان صناعيه لان ذلك الامر يعد من اكثر الاشياء المدمره للاسنان .فاذا كان الطفل لديه عاده النوم اثناء الرضاعه فعلي الام ان تختار نوع رضعه خاليه من السكر مثل الينسون او النعناع او حتي بعض الماء.

و يمكن تعويد الطفل علي غسيل الاسنان منذ بزوغ اول سن داخل الفم عن طريق غسل اسنان الوالدين امام الطفل و اعطاء الطفل فرشاه اسنان مطاطيه بدون معجون للاسنان كلعبه .ثم نبدا بتعويده علي استخدام الفرشاه الحقيقيه مع نهايه عامه الثاني و لكن بدون معجون اسنان ايضا. يفضل استخدام معجون اسنان الاطفال مع نهايه العام الثالث للطفل و علي الوالدين التاكد من ان معجون الاسنان خاليا من اي مواد مسببه للحساسيه لدي الطفل مثل بروتينات اللالبان او غيره.

و علاج الاسنان اللبنيه سواء عن طريق الحشوات او التركيبات اصبح امرا شائعا الان خاصه مع زياده الوعي باهميه هذه الاسنان , و هذا ما سنتكلم عنه فيما بعد.....شكرا علي المتابعه مع تمنياتي بدوام الصحه و العافيه.

د.نوران البنا