

عواقب إهمال نظافة الاسنان وطرق العناية بها

صحة أسنانك أهم مما تعتقد . تعرف على المزيد حول المشاكل التي تظهر عند عدم الاهتمام بها وكيفية الوقاية من ذلك من خلال مخطط المعلومات الرسومية :

سوء نظافة الفم والاسنان تؤدي الى :



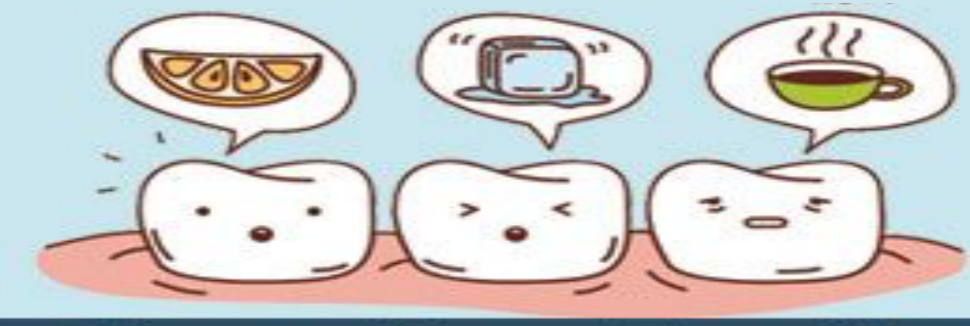
ألم الاسنان

الم الاسنان هو ألم في السن أو حوله يمكن أن تأتي آلام الاسنان الطفيفة من تهيج اللثة المؤقت وتحدث آلام الاسنان الأكثر خطورة بسبب مشاكل الاسنان التي لن تتحسن من تلقاء نفسها وستحتاج إلى علاج من قبل طبيب الاسنان



رائحة الفم الكريهة

غالبا ما تنجم رائحة الفم الكريهة عن تغذي أنواع محددة من البكتيريا الفموية على بقايا الطعام في الفم وتقوم هذه البكتيريا بتفكيك (تخمير) جزيئات الطعام إلى مواد ذات رائحة كريهة



حساسية الاسنان

إذا كانت المواد الساخنة، الباردة، السكريات أو الأطعمة والمشروبات شديدة الحموضة أو التنفس في الهواء البارد تجعلك تشعر بالآلام ، حينها قد تكون أسنانك حساسة. إن حساسية الاسنان هو الاسم الدارج لحساسية الاسنان المفرطة أو حساسية الجذور.



جفاف الفم

اللعاب مهم جدا في الحفاظ على صحة الفم من بين وظائفها هو الحفاظ على الحموضة عن طريق الفم في مستويات كافية للحد من نمو البكتيريا داخل تجويف الفم



تسوس الاسنان

ينتج تسوس الاسنان عن مجموعة من العوامل ، بما في ذلك البكتيريا في فمك وتناول الوجبات الخفيفة المتكرر واحتساء المشروبات السكرية وعدم تنظيف أسنانك جيدا



نزيف اللثة

تتراكم بكتيريا اللويحات على حافة اللثة والتاج عن عدم تنظيف الاسنان بالشكل الصحيح وتصلبها لاحقا متسببة بالتهاب اللثة الذي يؤدي إلى انتفاخها، واحمرارها، وزيادة مساميتها، وإضعافها وحدوث النزيف

كيفية المحافظة على سلامة الاسنان :



الفرشاة مرتين يوميا



خيط الاسنان مرة في اليوم



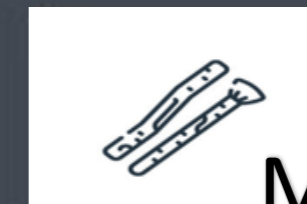
معجون الفلورايد



غسول الفم بالفلورايد



زيارة طبيب الاسنان بانتظام



المسواك

لمزيد من المعلومات :

دليل التنفيذ المعمول به في منظمة الصحة العالمية

إشراف :

د. أحمد علي البارقي

إعداد : 1- عبدالرازق حسين ال طحلان

2- عبدالعزيز عبدالله الاحمري

3- عبدالله محمد السبيعي

4- محمد سعيد العسيري

5- معاذ سعد ال سعرة

جامعة الملك خالد
المملكة العربية السعودية
عسير - أبها

