

بررسی علل پوسیدگی عمیق دندان

8 فروردین 1403

عوامل زیادی وجود دارند که از آنها به عنوان عامل اصلی برای ایجاد پوسیدگی دندان یاد می شود. این عوامل عبارتند از: میکروب‌ها، مواد دارای قند، مقاومت دندان فرد و مقاومت خود شخص. به این ترتیب آگاهی از آنها می تواند مانع از پوسیدگی دندان ها شود.

دکتر حسن روشن‌طلب، دندان پزشک و فلوشیپ ایمپلنت از آمریکا می گوید: توجه داشته باشید در صورتی که بهداشت را رعایت کنید امکان پوسیدگی در ناحیه دندان کمتر اتفاق می‌افتد. هنگامی که میکروب‌ها و مواد حاوی قند وجود داشته باشند میزان پوسیدگی دندان افزایش می‌یابد. البته بعضی افراد مقاومت طبیعی بالایی نسبت به بیماری ها دارند و همین موضوع باعث می شود دندان ها پوسیده شوند.

اما عوامل و علل زیادی وجود دارد که باعث می شود دندان در معرض خطر پوسیدگی عمیق قرار گیرد:

موقعیت مکانی دندان

جالب است بدانید اغلب دندان‌های عقب دچار پوسیدگی می شوند چون دندان‌هایی که در عقب فک قرار دارند ریشه‌های بسیار ضخیمی دارند که باعث جذب بیشتر مواد غذایی می شوند و راحت‌تر از دیگر دندان‌ها دچار پوسیدگی می شوند.

مصرف نوشیدنی و غذاهای خاص و شیرین

مواد غذایی که قند بالایی دارند محرک قوی‌تری برای ایجاد پوسیدگی در دندان هستند. برای مثال بستنی، عسل، شکر، نوشابه، انواع کیک، آجیل و کلوچه‌های مختلف، انواع شکلات‌هایی که سفت هستند، انواع چیپس و شیر می توانند دندان را بیشتر در معرض پوسیدگی قرار بدهند.

استفاده بیش از حد از تنقلات

اغلب مردم برای میان وعده خود از نوشیدنی‌های قندی و تنقلات مضر استفاده می کنند که این نوع مواد باکتری‌های مضر برای دندان دارد. دلیل مضر بودن آن به این علت است که میکروب‌هایی که در پلاک موجود هستند با استفاده از قندی که در مواد غذایی است آن‌ها را به اسیدهایی که برای دندان مضر است تبدیل کرده و این اسید باعث می شود مینای دندان فرد حل شود و فرایند پوسیدگی دندان آغاز شود. بنابراین با مصرف مواد غذایی که قند بیشتر، چسبنده‌تر و از نوع ساکاروز (قند معمولی) باشند می توان میزان پوسیدگی دندان را بیشتر کرد.

کم مسواک زدن یا درست مسواک نزدن

دکتر روشن طلب می گوید : اگر می خواهید دندان شما از پوسیدگی در امان بماند بهتر است بلافاصله بعد از نوشیدن و میل کردن مواد غذایی مسواک بزنید تا پلاک‌هایی که بعد از خوردن بلافاصله روی دندان شما شکل می‌بندند از بین بروند و دندان شما سالم بماند. البته شیوه صحیح مسواک زدن نیز تاثیر بسیار بالایی در جلوگیری از پوسیدگی دندان شما دارد.

شست و شوی دهان بدون فلوراید

به گفته این دندان پزشک با استفاده از فلوراید می‌توانید دهان و به خصوص دندان‌های خود را تمیز و از ایجاد حفره‌های ریز روی دندان جلوگیری کنید. فلوراید مواد معدنی زیادی دارد و هنگامی که در خمیر دندان و دهان شویه‌ها از این ترکیب استفاده می‌کنند از پوسیدگی دندان جلوگیری خواهد شد.