



اهمیت دندان ۶ ونقش وارنیش فلوراید در سلامت دندان‌ها

سارا پارسا

مربی سلامت خانواده و مدیر مرکز آموزش بهوزی
دانشگاه علوم پزشکی اهواز



فریبا ایدنی

کارشناس مسؤل آموزش بهوزی
معاونت بهداشت دانشگاه علوم پزشکی اهواز



اهداف آموزشی

- امید است خوانندگان محترم پس از مطالعه مقاله قادر باشند:
- اهمیت دندان شماره ۶ را توضیح دهند.
- نکته‌های قابل استفاده از «وارنیش فلوراید» را شرح دهند.
- نحوه انجام فلورایدتراپی را شرح دهند.
- اقدام‌های قبل و بعد از فلورایدتراپی را بیان کنند.

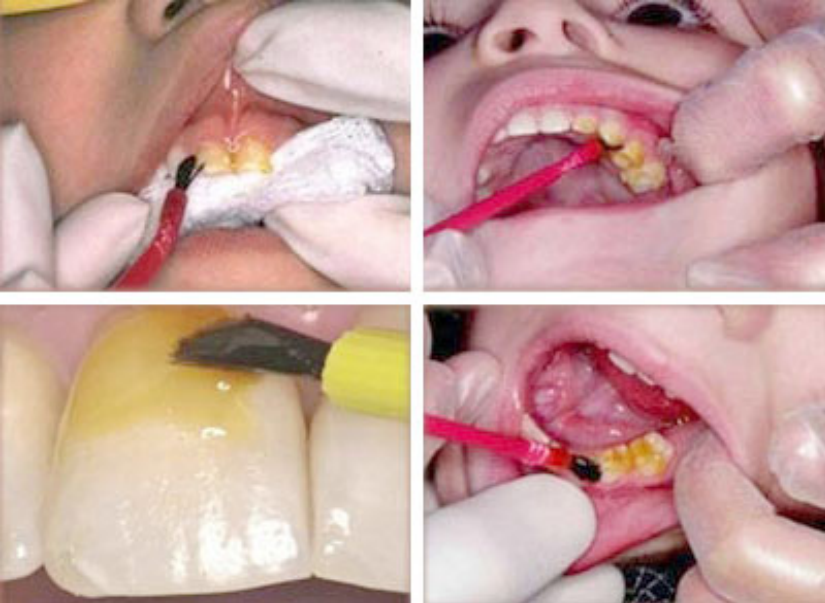
سلامت دهان و دندان بخش مهمی از سلامت عمومی است که در کیفیت زندگی افراد جامعه بویژه کودکان نقش چشمگیری دارد ولی در کشور ما به دلیل عدم توجه کافی والدین و کودکان به این امر، میزان پوسیدگی دندان بالا رفته است. بی‌اطلاعی والدین و اشتباه گرفتن دندان ۶ با دندان‌های شیری عامل مهمی در بروز این مشکل است. کمبود فلوراید دریافتی یکی از عوامل خطر ایجاد پوسیدگی در دندان‌های شیری و دایمی است. استفاده از روش‌های پیشگیری از پوسیدگی دندان بدون شک می‌تواند از هزینه‌های گزاف دندان‌پزشکی و پیامدهای از دست دادن دندان‌های شیری و دایمی در سنین پایین بکاهد.

با توجه به این که فلورایدتراپی در کاهش پوسیدگی بسیار مؤثر است پس از معاینه و تکمیل شناسنامه الکترونیکی دندان‌پزشکی با استفاده از وارنیش فلوراید، حداقل سالی دوبار مقاومت دندان در مقابل پوسیدگی افزایش می‌یابد. (۱، ۲)

دندان ۶ سالگی و اهمیت آن

این دندان همان اولین دندان آسیاب بزرگ دایمی است که به دندان ۶ سالگی معروف است و زمان رویش آن هم در ۶ سالگی است و الگوی رویش سایر دندان‌های دایمی خلفی بوده و سبب رویش صحیح و مرتب بقیه دندان‌ها می‌شود. وجود آن تأثیر مهمی بر شکل طبیعی فک‌ها، زیبایی صورت و مکانیسم جویدن دارد.

محل رویش آن پشت آخرین دندان شیری یعنی دندان آسیاب دوم شیری است. این دندان اولین دندان دایمی غیرجانشین است و بدون این که دندان شیری بیفتد، می‌روید. به همین دلیل والدین اغلب فکر می‌کنند این دندان شیری است و با این باور غلط که اگر دندان شیری بیفتد دندان دیگری بدون هیچ مشکلی به جای آن می‌روید، تلاشی برای نظافت و نگهداری آن نمی‌شود و این دندان که باید تا پایان عمر در دهان باقی بماند، زودتر پوسیده



شده و از بین می‌رود و مشکلات متعدد دندانی بعدی را ایجاد می‌کند. (۳، ۴)

اهمیت رعایت بهداشت دهان و دندان و اصلاح بهبود تغذیه از روش‌های اساسی و مهم در حفظ دندان‌ها از جمله دندان ۶ هستند. استفاده از وارنیش فلوراید یک روش تقویتی برای افزایش مقاومت دندان‌ها و از جمله دندان ۶ است.

آسان و بی‌درد و خطر

بیشتر از ۳۰ سال است که ماده وارنیش فلوراید به‌طور گسترده در جهان به عنوان یک ماده مؤثر برای پیشگیری از پوسیدگی دندان استفاده شده است. در کودکان ۳ تا ۱۴ سال استفاده از وارنیش فلوراید دو بار در سال روش ایمن، بی‌خطر، بدون درد و مؤثر در کاهش پوسیدگی است.

فلورایدتراپی توسط دندان‌پزشک یا بهداشتکار دهان و دندان یا مراقبان سلامت و بهورز براحتی انجام می‌شود. (۳)

وارنیش فلوراید مایعی غلیظ، چسبنده و حاوی فلوراید است که استفاده از آن بدون درد و ناراحتی و بدون نیاز به بی‌حسی بوده و با برس‌های یکبارمصرف روی دندان‌های کودک مالیده شده و یک تجربه دندان‌پزشکی خوشایند برای کودک محسوب می‌شود. (۵)

فلورایدتراپی بیشتر مواقع باعث تغییر رنگ موقت دندان می‌شود و پس از جذب فلوراید، با پاک شدن وارنیش از سطح دندان، رنگ دندان به حالت طبیعی برمی‌گردد. (۲)

اقدام‌های لازم برای انجام فلورایدتراپی

- گرفتن رضایت والدین
- آماده کردن وسایل مورد نیاز برای فلورایدتراپی
- آموزش‌های قبل از انجام وارنیش فلوراید
- انجام صحیح فلورایدتراپی
- آموزش‌های بعد از انجام فلورایدتراپی
- وسایل مورد نیاز (رول پنبه، دستکش، ماسک، ژل وارنیش فلوراید، گاز ساده)

گام به گام

میزان زمان انجام کار بستگی به سن بیمار و همکاری او و همچنین تجهیزات قابل دسترسی دارد. در مورد هر کودک این زمان از ۱۰ تا ۱۵ دقیقه متفاوت است. (۲)

۱. بازبینی موارد کدبندی در فرم کودک سالم و تکمیل آن با معاینه دهان و دندان

۲. رایه مشاوره در مورد رفتارهای مثبت سلامت دهان و دندان کودک شامل: مزایای فلورایدتراپی، استفاده از مسواک انگشتی، استفاده از خمیردندان فلورایددار از ۲ سالگی به بعد، تغذیه غیر پوسیدگی‌زا با تأکید بر کاهش مواد قندی و تمیزکردن دندان‌های کودک در هر بار مصرف مواد قندی.

۳. آموزش رعایت موارد بعد از فلورایدتراپی:

- حتماً پس از وارنیش‌زدن توصیه‌های لازم را به شکل کتبی در اختیار والدین قرار دهید.
- تا ۲ ساعت، خوردن و آشامیدن ممنوع است. در همان روز فلورایدتراپی بهتر است غذاهای نرم خورده شود.

- از مسواک زدن و نخ دندان کشیدن تا صبح روز بعد از وارنیش فلورایدتراپی خودداری شود.
- گاهی رنگ دندان پس از وارنیش‌زدن کمی تیره و قهوه‌ای خواهد شد که موقتی است و نگران‌کننده نیست و بعد از مسواک زدن این رنگ بر طرف خواهد شد.
- وارنیش در صورت استفاده صحیح کاملاً ایمن است و مسمومیت در پی نخواهد داشت. (۲)
- ۴. برای شروع فلورایدتراپی بهتراست مسواک زدن قبل از آن انجام شود.
- ۵. چیدمان وسایل لازم برای فلوراید تراپی شامل: آینه یا آبسلانگ، مسواک کودک یا انگشتی، گاز، وارنیش فلوراید، ماسک، دستکش یکبار مصرف
- ۶. شستن دست‌ها یا ضدعفونی کردن با محلول‌های ضدعفونی‌کننده دست و سپس پوشیدن دستکش
- ۷. وارنیش فلوراید تراپی:
- بازکردن بسته یکبار مصرف وارنیش فلوراید و هم‌زدن ماده در داخل محفظه آن به طوری که یک مخلوط یکنواخت برای مالیدن آن بروی دندان‌ها تهیه شود.
- قرارگرفتن خدمت‌دهنده مادر و کودک در وضعیت زانو به زانو برای کودکان زیر ۵ سال و در مورد کودکان سنین مدرسه در وضعیتی که خدمت‌دهنده بتواند براحتی وارنیش فلورایدتراپی را انجام دهد.
- علاوه بر مسواک زدن کودک قبل از فلوراید تراپی، مسواک خشک بروی دندان‌ها کشیده و از تمیزبودن سطوح دندان مطمئن شویم.
- تمیز و خشک کردن دندان‌های کودک با گاز استریل یا رول پنبه
- دورنگه داشتن زبان کودک و گونه یا لب کودک از دندان‌هایی که باید وارنیش فلورایدتراپی شوند با دو انگشت شست و اشاره
- مالیدن وارنیش فلوراید به دندان‌ها با برس مخصوص. وارنیش از قسمت عقب یک سمت دهان ترجیحاً از فک بالا شروع شده و به ترتیب کلیه سطوح خارجی، داخلی و جونده با فلوراید آغشته شود.
- دادن زمان کافی به سطوح دندانی وارنیش





- فیشورسیلانت عمق شیارها پوشیده می‌شود و گیر غذایی و پوسیدگی کاهش می‌یابد.
- فلورایدترابی در این بازه زمانی که دندان ۶ درحال رویش است به مقاومت دندان در برابر پوسیدگی کمک زیادی می‌کند.
- استفاده از وارنیش فلوراید یکی از راه‌های جلوگیری از پوسیدگی دندان می‌باشد. وارنیش فلوراید باید با روش صحیح انجام بگیرد. بنابراین در موقع استفاده از آن باید نکات قبل و بعد از انجام وارنیش فلوراید به طور کامل رعایت شود تا کیفیت کار بهتری را داشته باشید.
- برای پیشگیری و درمان، چکاپ دوره‌ای بین ۴ تا ۶ ماه به دندانپزشک داشته باشید.

منابع

۱. استقلال، وحیده، محبی، رقیه، عقیقیان، مریم. آشنایی با طرح و برنامه‌های واحد بهداشت دهان و دندان. فصلنامه بهروز دوره ۲۸ - شماره ۹۵. ۱۳۹۴-۱:۲۸-۴:۵.
۲. شعبانی د، مسعود، صمدزاده، حمید. راهنمای کشوری فلوراید ترابی-تاثیر فلوراید در کاهش پوسیدگی دندان تهران: وحید سپهرام; ۱۳۹۵. ۶-۷۲ p.
۳. فاطمی م، نادر، زاده، و، شراره، آبادی، et al. دانستنی‌های سلامت دهان و دندان ویژه مراقبین سلامت تهران: وزارت بهداشت و درمان و آموزش پزشکی - معاونت بهداشت - دفتر سلامت دهان و دندان; ۱۳۹۴. ۶،۵۸-۷،۶۳-۰ p.
۴. خوشنویسان، صمدزاده، بنایی، فاطمی م، نادره، کریمی، et al. An integration of varnish fluoride therapy in primary health care and the role of primary health care practitioners in the control of early childhood caries: A pilot study. Journal of clinical Research & Governance. 2015;4(2):1-4.
۵. ملکی، زهرا، ملکی، فاطمه. کتاب بهداشت دهان و دندان ویژه بهروز. تهران: وزارت بهداشت و درمان و آموزش کشور-دفتر بهداشت دهان و دندان; ۱۴۰۰. ۱۰۵، ۲۷، ۱-۶ p.

- فلورایدترابی شده برای خشک شدن وارنیش فلوراید به شکلی که ژل به مدت ۴ دقیقه به روی دندان قرار گیرد.
- تا ۳۰ دقیقه بعد از انجام وارنیش فلوراید کودک دهان خود را نشوید.
- ثبت خدمات انجام شده در سامانه (۲، ۳)

نکات قابل توجه در استفاده از وارنیش فلوراید:

- جهت اثر بخشی این ماده، دست کم دوبار در سال باید از آن استفاده کرد.
- قبل از فلوراید ترابی با وارنیش دندان‌های کودک باید بخوبی مسواک زده شود.
- بعد از استفاده از وارنیش حداقل یک تا دو ساعت از آشامیدن و خوردن غذاهای سفت پرهیز شود.
- کودک تا روز بعد نباید از مسواک یا نخ دندان استفاده کند تا وارنیش زمان کافی برای تماس با دندان داشته باشد. (۳، ۵)

نتیجه گیری

- هرکدام از دندان‌های دائمی از ریشه دندان‌های شیری به عنوان راهنما استفاده می‌کنند. تا در مسیر اصلی رویش خود قرار گیرند و در مکانی مناسب رویش پیدا کنند تا از بهم ریختگی و اختلال در مکان و مسیر رویش دندان‌های دائمی جلوگیری شود.
- دندان شماره ۶ در سن ۶ سالگی بدون اینکه بیفتد در انتهای دهان رویش پیدا می‌کند. کودکان معمولاً این دندان را به دلیل عقب بودن به خوبی مسواک نمی‌زنند و نخ دندان نمی‌کشند.
- شیارهای دندان ۶ در اکثر موارد، شیارهای عمیق و گیرداری هستند که مستعد پوسیدگی‌اند، با

