

خدمات جرم گیری دندان:

جرم گیری دندان یکی از روش‌های مراقبت از سلامت دهان و دندان است که باعث پاک‌سازی سطح دندان از رسوبات و لکه‌های ناشی از مصرف غذا، نوشیدنی، دخانیات و داروها می‌شود. جرم گیری دندان به شکل منظم و توسط متخصص، می‌تواند جلوی بروز بیماری‌های دندان و لثه را بگیرد و زیبایی لبخند شما را حفظ کند. در این مقاله به شما می‌گوییم که جرم گیری دندان چیست، چگونه انجام می‌شود و کی باید انجام دهید.

جرم گیری دندان چیست؟

جرم گیری دندان عبارت است از فرآیند حذف پلاک و سنگ دندان از روی دندان‌ها و زیر لثه‌ها. پلاک یک لایه نازک و نامرئی از باکتری‌ها است که به سطح دندان متصل می‌شود و باعث تولید اسید می‌شود. اسید باعث حل شدن مینای دندان و تشکیل حفرات می‌شود. سنگ دندان نیز پلاک‌های سخت شده است که باعث التهاب لثه، خونریزی لثه، بوی بد دهان و در نهایت از دست رفتن دندان می‌شود.

جرم گیری دندان با استفاده از ابزارهای خاص توسط دندانپزشک انجام می‌شود. این ابزارها ممکن است لیزری یا دستی باشند. هدف از جرم گیری دندان این است که سطح دندان را صاف و تمیز کند و فضای بین دندان و لثه را کمتر کند تا باکتری‌ها نتوانند به آسانی وارد شوند.

جرم گیری دندان چگونه انجام می‌شود؟

جرم گیری دندان به صورت زیر انجام می‌شود:

- دندانپزشک با استفاده از آینه، پروب و رادیوگراف، سطح و عمق فضای بین دندان و لثه را بررسی می‌کند.
- دندانپزشک با استفاده از ابزار مناسب، پلاک و سنگ دندان را از روی دندان‌ها و زیر لثه‌ها برمی‌دارد. برای کاهش درد و حساسیت، پزشک ممکن است از بی‌حسی موضعی استفاده کند.
- دندانپزشک با استفاده از یک جت آب پاش، دهان را از خون و جرم‌ها پاک می‌کند.
- دندانپزشک با استفاده از یک برس بروساژ و خمیر مخصوص، دندان‌ها را برس می‌زند. فلوراید باعث تقویت مینای دندان و کاهش حساسیت می‌شود.
- دندانپزشک با استفاده از یک نخ دندان، فضای بین دندان‌ها را تمیز می‌کند.
- دندانپزشک نکات مربوط به بهداشت دهان و دندان را با شما مرور می‌کند و در صورت نیاز، قرار ملاقات بعدی را تعیین می‌کند.

جرم گیری دندان کی باید انجام شود؟

جرم گیری دندان باید به صورت منظم و حداقل دو بار در سال انجام شود. البته بسته به شرایط فردی، پزشک ممکن است تعداد جلسات جرم گیری را بیشتر یا کمتر کند. برخی از عوامل که تعیین کننده فراوانی جرم گیری هستند عبارتند از:

- سلامت دهان و دندان
- سلامت عمومی
- سابقه خانوادگی
- رژیم غذایی
- عادات بد
- کیفیت آب مصرفی
- نوع خمیر دندان

برخی از علائم نشان دهنده نیاز به جرم گیری عبارتند از:

- لثه‌های قرمز، تورم دار، حساس یا خونریز
- بوی بد دهان
- لکه‌های روشن یا تیره روی سطح دندان
- حساسیت دندان به گرما یا سرما
- جابجایی دندان

جرم گیری دندان چه فواید و عوارضی دارد؟

جرم گیری دندان فواید زیر را برای شما به همراه دارد:

- جلوگیری از بروز بیماری‌های دیگر مانند قلبی عروقی، دیابت، آرتریت و غیره
- افزایش اعتماد به نفس و زیبایی لبخند
- بهبود بوی دهان و تنفس

- کاهش هزینه‌های درمان دندان و لثه

جرم گیری دندان عوارض جدی ندارد، اما ممکن است برخی از عوارض موقت را تجربه کنید:

- حساسیت دندان به گرما یا سرما

- درد یا خارش لثه

- خونریزی لثه

- تغییر رنگ دندان

این عوارض معمولاً در عرض چند روز یا هفته برطرف می‌شوند. برای کاهش عوارض، می‌توانید از خمیر دندان ضد حساسیت، دهانشویه، داروهای ضد التهاب و ضد درد استفاده کنید. همچنین باید از مصرف غذاهای سخت، تند، ترش یا گرم خودداری کنید و به مراقبت از دهان و دندان خود ادامه دهید.

نتیجه‌گیری

جرم گیری دندان یک روش پیشگیرانه و مفید برای حفظ سلامت دندان و لثه است. با جرم گیری منظم، می‌توانید از بروز بیماری‌های دندان و لثه و عوارض آن‌ها جلوگیری کنید و لبخند زیباتر و سالم‌تری داشته باشید. جرم گیری دندان فقط توسط دندانپزشک با استفاده از ابزار مناسب انجام می‌شود و نباید با پولیش کردن دندان اشتباه گرفته شود. پولیش کردن دندان فقط سطح دندان را صاف و براق می‌کند، اما جرم گیری دندان پلاک و سنگ دندان را از روی و زیر دندان حذف می‌کند. جرم گیری دندان عوارض جدی ندارد، اما ممکن است عوارض موقت را به همراه داشته باشید که با رعایت نکات بهداشتی قابل کنترل هستند.

سوالات متداول

سؤال: جرم گیری دندان در خانه ممکن است؟

پاسخ: خیر، جرم گیری دندان فقط توسط پزشک دندانپزشک با استفاده از ابزار خاص انجام می‌شود. شما نمی‌توانید با استفاده از مسواک، نخ دندان، خلال یا دستگاه‌های خانگی جرم گیری دندان انجام دهید. این کار ممکن است به دندان و لثه آسیب برساند و باعث بروز عفونت شود.

سؤال: جرم گیری دندان برای خانم‌های باردار مناسب است؟

پاسخ: بله، جرم گیری دندان برای خانم های باردار مناسب و حتی ضروری است. بارداری باعث تغییرات هورمونی می شود که ممکن است باعث افزایش پلاک و التهاب لثه شود. جرم گیری دندان می تواند از این مشکلات جلوگیری کند و سلامت مادر و جنین را حفظ کند. البته باید قبل از جرم گیری دندان به پزشک خود اطلاع دهید و از ابزار و مواد مناسب استفاده شود.

سؤال: جرم گیری دندان باعث آسیب به دندان می شود؟

پاسخ: خیر، جرم گیری دندان باعث آسیب به دندان نمی شود، بلکه از پوسیدگی دندان جلوگیری می کند. جرم گیری دندان باعث حذف پلاک و سنگ دندان می شود که این عوامل باعث فروپاشیدگی و جابجایی دندان می شوند. جرم گیری دندان سطح دندان را صاف و تمیز می کند و فضای بین دندان و لثه را کوچک می کند تا باکتری ها نتوانند به آسانی وارد شوند. این کار باعث تقویت اتصال دندان به استخوان و لثه می شود و از ریزش دندان جلوگیری می کند.