

روکش دندان یک درمان زیبایی و درمانی است که روی سطح جلویی دندان قرار می‌گیرد و از ظاهر، رنگ، شکل و اندازه دندان بهبود می‌بخشد. روکش معمولاً از پرسن خالی که به آ زیرکونیا می‌گویند و یا فلز و پرسن که به آن پی اف ام می‌گویند ساخته می‌شود و با چسب مخصوص روکش که موقت و دائم است به دندان متصل می‌شود. بعضی از دلایل رایج برای استفاده از روکش دندان عبارت‌اند از

وقتی که دندان اندو(عصب کشی / درمان ریشه) شده باشد. دندان پس از درمان ریشه خشک و شکننده می‌شود و طبق نظر پزشک حتما در اولین فرصت

باید روکش شود:

- **رنگ پریدگی:** وقتی دندان به علت قهوه، چای، سیگار، دارو یا پیری رنگ پریده باشد، ممکن است باعث کاهش اعتماد به نفس شود. در این صورت، روکش دندان می‌تواند با رنگ سفید و طبیعی خود، زیبایی دندان را بازگرداند.
- **شکستگی یا ترک خوردگی:** وقتی دندان به علت تصادف، ضربه، فشار یا عفونت شکسته یا ترک خورده باشد، ممکن است باعث درد، حساسیت یا عفونت شود. در این صورت، روکش دندان می‌تواند با پوشاندن قسمت آسیب دیده، قدرت و سلامت دندان را حفظ کند.
- **جای خالی یا فاصله:** وقتی بین دندان‌ها جای خالی یا فاصله زیاد وجود داشته باشد، ممکن است باعث نامنظم بودن دندان‌ها شود. در این صورت، روکش دندان می‌تواند با تغییر اندازه یا شکل دندان‌ها، فضای خالی را پر کرده و هم‌خط شود.
- **کج شدن:** وقتی سطح جلویی دندان به علت فرسایش چسبیدگی (erosion) یا ساییدگی (abrasion) کج شده باشد، ممکن است باعث کاهش زیبایی خط لبخند (smile line) شود. در این صورت، روکش دندان می‌تواند با افزایش ضخامت و حجم دندان، زیبایی لبخند را افزایش دهد.

چگونه روکش دندان ساخته می‌شود؟

روش ساخت روکش دندان بستگی به نوع و کیفیت آن دارد. بعضی از روش‌های رایج عبارت‌اند از:

- **روکش دندان زیرکونیا و پی اف ام :** در این روش، دندانپزشک با استفاده از فرز دندان را تراش داده و با مواد خاص، قالب‌گیری از دندان‌های شخص می‌کند و آن را به لابراتوار می‌فرستد تا روکش دندان ساخته شود. بعد از برگشت از لابراتوار که معمولاً ۱۰ روز تا ۲ هفته طول میکشد، روکش دندان را با چسب مخصوص به دندان متصل می‌کند..

- **روکش دندان لمینیت :** این نوع روکش دندان یک نوع خاص از روکش دندان غیرمستقیم است که بسیار نازک (حدود ۰.۳ میلی‌متر) و شفاف است. در این روش، نیاز به برش یا فرز کردن سطح دندان نیست و فقط با چسب خاص به دندان متصل می‌شود. این روش معمولاً بسیار طبیعی، زیبا و بادوام است، اما هزینه بالایی دارد و برای همه نوع دندان مناسب نیست.

چگونه از روکش دندان استفاده و مراقبت کنیم؟

برای حفظ سلامت و عملکرد روکش دندان، باید به نکات زیر توجه کرد:

- **غذا :** پس از نصب روکش دندان، باید حداقل ۲۴ ساعت از غذاهای خوراکی (solid) خودداری کنید و فقط غذاهای مایع یا نرم مانند سوپ، پودینگ، ماست یا آبمیوه بخورید. از غذاهای سخت، تند، ترش، داغ یا سرد خودداری کنید. همچنین از جویدن غذا در طرف روکش دندان خودداری کنید. پس از ۲۴ ساعت، می‌توانید به تدریج به غذاهای عادی برگردید، اما باید از غذاهای خیلی سخت یا چسبنده مثل آجیل، آب‌نبات، سیب یا نان تست خودداری کنید.
- **مسواک :** پس از تحویل روکش دندان، باید به مسواک زدن دندان‌های خود ادامه دهید. اما باید با دقت و آرامی مسواک بزنید و از فشار زیاد خودداری کنید. از مسواک نرم و خمیر دندان ملایم استفاده کنید. از استفاده از نخ دندان یا دستگاه‌های شستشوی دندان خودداری کنید تا جایگاه روکش دندان تغییر نکند.

اگر روکش دندان شما آسیب دیده باشد، باید به دندانپزشک خود مراجعه کرده و آن را تعویض کنید.

سوالات متداول

- **آیا روکش دندان باعث تغییر شکل دندان‌ها می‌شود؟** خیر، روکش دندان باعث تغییر شکل دندان‌ها نمی‌شود. روکش دندان فقط روی سطح دندان قرار می‌گیرد و هیچ تأثیری بر روی جابجایی یا

انحراف دندان‌ها ندارد. اگر شما مشکل جابجایی فک یا نامنظم بودن دندان‌ها دارید، باید با دندانپزشک خود مشورت کنید و راه‌حل‌های مناسب را پیدا کنید.

- **آیا روکش دندان باعث بوی بد دهان می‌شود؟** خیر، روکش دندان باعث بوی بد دهان نمی‌شود. اگر شما از روکش دندان خود به درستی مراقبت کرده بعد از هر وعده نخ دندان بکشید و آن را هر روز شستشو دهید و تمیز کنید، هیچ مشکلی از این بابت پیش نخواهد آمد. اما اگر شما از روکش دندان خود به درستی مراقبت نکرده و آن را کثیف بگذارید، ممکن است باعث بوی بد دهان شود. در این صورت، باید روکش دندان خود را تعویض کرده و به بهداشت دهان خود توجه کنید.
- **آیا روکش دندان باعث خشک شدن دهان می‌شود؟** خیر، روکش دندان باعث خشک شدن دهان نمی‌شود. روکش دندان فقط روی دندان‌ها قرار می‌گیرد و هیچ تأثیری بر روی تولید آب دهان ندارد.