

فلوراید درمانی :

فلوراید یک عنصر طبیعی است که در آب، خاک و برخی از مواد غذایی یافت می‌شود. فلوراید به دندان‌ها کمک می‌کند تا مقاومت خود را در برابر تجزیه و تحلیل توسط باکتری‌های دهان افزایش دهد و در نتیجه از پوسیدگی دندان جلوگیری کند. فلورایدتراپی یک روش درمانی است که در آن فلوراید به صورت مستقیم به سطح دندان‌ها اعمال می‌شود تا اثرات مثبت آن را تقویت کند.

فلورایدتراپی برای کودکان بسیار مفید است، زیرا دندان‌های شیری و دائمی آن‌ها در حال رشد هستند و نیاز به حفاظت دارند. فلوراید باعث می‌شود که دندان‌های کودکان سخت‌تر و مقاوم‌تر شوند و در نتیجه کمتر دچار پوسیدگی یا حساسیت شوند. فلوراید همچنین باعث می‌شود که باکتری‌های دهان کمتر بتوانند اسید تولید کنند و در نتیجه فرسایش دندان را کاهش می‌دهد.

چگونه فلوراید به دست آورید؟

فلوراید های موضعی

فلوراید های موضعی آن دسته از فلوراید های هستند که با استفاده از خمیر دندان، دهانشویه، جلوگیری کننده پوسیدگی یا جلسات فلوراید تراپی به سطح دندان‌ها اعمال می‌شوند. برخی از ویژگی‌های فلوراید های موضعی عبارتند از:

- **خمیر دندان حاوی فلوراید** باعث محافظت از دندان‌ها در برابر پوسیدگی و تقویت آن‌ها می‌شود. خمیر دندان حاوی فلوراید باید به صورت روزانه و حداقل دو بار در روز استفاده شود. هنگام مسواک زدن، باید از مقدار کمی از خمیر دندان استفاده کرد و خمیر دندان را به خوبی در سطح دندان‌ها پخش کرد. بعد از مسواک زدن، باید دهان را با آب خالص شستشو داد و خمیر دندان را قورت نداد. خمیر دندان حاوی فلوراید برای کودکان زیر سه سال مناسب نیست و باید از خوردن یا بلعیدن آن جلوگیری شود.
- **دهانشویه حاوی فلوراید :** دهانشویه حاوی فلوراید یک روش دیگر برای دریافت فلوراید است. دهانشویه حاوی فلوراید باعث شستشوی باکتری‌ها و ضایعات غذایی از دندان‌ها و لثه‌ها می‌شود و همچنین باعث تقویت سطح دندان‌ها می‌شود. دهانشویه حاوی فلوراید باید به صورت روزانه و پس از مسواک زدن استفاده شود. هنگام استفاده از دهانشویه، باید ۱۵ تا ۲۰ میلی‌لیتر از آن را در دهان به مدت ۳۰ تا ۶۰ ثانیه حرکت داد. سپس باید دهانشویه را تف کرده و هرگز قورت ندهید. دهانشویه حاوی فلوراید برای کودکان زیر شش سال مناسب نیست و باید از خوردن یا بلعیدن آن جلوگیری شود.

- **جلسات فلورایدترابی :** جلسات فلورایدترابی یک روش حرفه‌ای و مؤثر برای دریافت فلوراید است. جلسات فلورایدترابی توسط دندانپزشک یا متخصص دندان انجام می‌شود و با استفاده از وسایل و مواد خاص، فلوراید را به صورت مستقیم و با غلظت بالا به دندان‌ها زده می‌شود. جلسات فلورایدترابی باعث تقویت عمقی دندان‌ها و کاهش حساسیت آن‌ها می‌شود. جلسات فلورایدترابی باید به صورت دوره‌ای و با توجه به نظر دندانپزشک انجام شود. هنگام انجام جلسات فلورایدترابی، باید از خوردن یا نوشیدن چیزی به مدت ۳۰ دقیقه تا ۱ ساعت پس از درمان خودداری کرد.

چرا فلورایدترابی برای کودکان مهم است؟

فلورایدترابی برای کودکان بسیار مهم است، زیرا دندان‌های کودکان در حال رشد هستند و نقش مهمی در سلامت کلی آن‌ها دارند. فلورایدترابی باعث می‌شود که:

- **پوسیدگی دندان کاهش یابد :** پوسیدگی دندان یک بیماری شایع در کودکان است که باعث درد، عفونتو اختلالات خواب می‌شود. پوسیدگی دندان همچنین می‌تواند بر رشد و تغذیه کودکان تأثیر منفی بگذارد. فلورایدترابی باعث می‌شود که دندان‌های کودکان در برابر پوسیدگی مقاوم‌تر شوند و از آسیب‌های جدی جلوگیری کند.
- **حساسیت دندان کاهش یابد :** حساسیت دندان یک مشکل رایج در کودکان است که باعث درد و ناراحتی در هنگام خوردن یا نوشیدن چیزهای سرد، گرم، شیرین یا ترش می‌شود. حساسیت دندان معمولاً نشانه فرسایش یا آسیب به لایه مینای دندان است که باعث رویت شدن عصب دندان می‌شود. فلورایدترابی باعث می‌شود که لایه مینای دندان تقویت شده و از تحریک عصب دندان جلوگیری شود.
- **جلوگیری از لکه‌های سفید روی دندان** باعث می‌شود که سطح دندان بازسازی شده و از بین رفتن مواد معدنی جلوگیری شود. فلورایدترابی باعث می‌شود که لکه‌های سفید روی دندان کمرنگ یا ناپدید شوند و به رنگ دندان هماهنگ شوند.

نتیجه‌گیری

فلورایدترابی یک روش پزشکی است که در آن فلوراید به صورت مستقیم به سطح دندان‌ها زده می‌شود تا اثرات مثبت آن را تقویت کند. فلورایدترابی برای کودکان بسیار مفید است، زیرا دندان‌های آن‌ها در حال رشد هستند و نیاز به حفاظت دارند. فلورایدترابی باعث می‌شود که دندان‌های کودکان سخت‌تر و مقاوم‌تر شوند و در نتیجه کمتر دچار پوسیدگی، حساسیت یا لکه‌های سفید شوند. فلورایدترابی همچنین باعث می‌شود که باکتری‌های دهان کمتر بتوانند اسید تولید کنند و در نتیجه فرسایش دندان را کاهش دهند.

برای انجام فلورایدتراپی، باید با دندانپزشک عمومی یا متخصص اطفال مشورت کرده و تعداد و زمان جلسات را با توجه به نظر و تجویز آنها تعیین کرده و از خوردن یا نوشیدن چیزی به مدت ۳۰ دقیقه الی ۱ ساعت پس از درمان خودداری کرده و به بهداشت دهان و دندان خود اهمیت بدهید.

سؤالات متداول

• فلوراید چگونه به دست می‌آید؟

فلوراید را می‌توان به چندین روش به دست آورد. برخی از روش‌های رایج عبارتند از: فلوراید‌های سیستماتیک (آب، قرص یا قطره فلوراید، غذاهای حاوی فلوراید) و فلوراید‌های موضعی (خمیر دندان حاوی فلوراید، دهانشویه حاوی فلوراید، جلوگیری کننده پوسیدگی حاوی فلوراید، جلسات فلورایدتراپی).

• فلوراید‌های موضعی چیستند؟

فلوراید‌های موضعی آن دسته از فلوراید‌های هستند که با استفاده از خمیر دندان، دهانشویه یا جلسات فلورایدتراپی به سطح دندان‌ها زده می‌شوند. این فلوراید‌ها باعث می‌شوند که فلوراید در سطح دندان‌ها جذب شده و لایه مینای آنها را تقویت کند. این فلوراید‌ها به ویژه برای کودکان که دچار حساسیت یا لکه‌های سفید روی دندان هستند، مفید هستند.