

اولین مروارید

(راهنمای عملی برای مدیریت رویش اولین دندان در کودکان)

گردآوری و تألیف:

دکتر حامد آتش پنجه

سرشناسه	: آتش پنجه، حامد، ۱۳۶۵ - ، گردآورنده
عنوان و نام پدیدآور	: اولین مروارید: راهنمای عملی برای مدیریت رویش اولین دندان در کودکان (قابل استفاده برای مادران، دندانپزشکان و دانشجویان دندانپزشکی و علاقمندان) / گردآوری و تألیف حامد آتش پنجه.
وضعیت ویراست	: [ویراست ۲؟].
مشخصات نشر	: تهران : شایان نمودار، ۱۳۹۹.
مشخصات ظاهری	: ۴۲ ص.
شابک	: ۹۷۸-۹۶۴-۲۳۷-۵۶۲-۲
وضعیت فهرست نویسی	: فیبا
عنوان دیگر	: بررسی نشانه‌های اولین دندان و کنترل آن‌ها در کودکان (قابل استفاده برای مادران، دندانپزشکان و دانشجویان دندانپزشکی و علاقمندان).
موضوع	: دندان درآوردن
موضوع	: Dentition
موضوع	: دندانپزشکی کودکان
موضوع	: Pedodontics
موضوع	: دندان شیری
موضوع	: Deciduous teeth
رده بندی کنگره	: RK۲۸۵
رده بندی دیویی	: ۶۱۷/۶۴۵
شماره کتابشناسی ملی	: ۷۳۹۸۸۷۷

نام کتاب: اولین مروارید (راهنمای عملی برای مدیریت رویش اولین دندان در کودکان)

گردآوری و تألیف: دکتر حامد آتش پنجه

ناشر: انتشارات شایان نمودار

مدیر تولید: مهندس علی خزعلی

حروف چینی و صفحه آرایی: انتشارات شایان نمودار

طرح جلد: آتلیه طراحی شایان نمودار

نوبت چاپ: اول

شمارگان: ۵۰۰ جلد

تاریخ چاپ: زمستان ۱۳۹۹

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۲۳۷-۵۶۲-۲

قیمت: ۴۹۰،۰۰۰ ریال



شایان نمودار

دفتر مرکزی: تهران / میدان فاطمی / خیابان چهلستون / خیابان دوم / پلاک ۵۰ / بلوک B / طبقه همکف / تلفن: ۸۸۹۸۸۸۶۸



وب سایت: shayannemoodar.com



اینستاگرام: Shayannemoodar

(تمام حقوق برای ناشر محفوظ است. هیچ بخشی از این کتاب، بدون اجازه مکتوب ناشر، قابل تکثیر یا تولید مجدد به هیچ شکلی، از جمله چاپ، فتوکپی، انتشار الکترونیکی، فیلم و صدا نیست. این اثر تحت پوشش قانون حمایت از مولفان و مصنفان ایران قرار دارد.)

فهرست

- ۷..... ساختار طبیعی دندان
- ۸..... ساختار یک دندان
- ۱۱..... تفاوت دندان شیری و دایمی
- ۱۱..... زمان بندی رویش دندان های شیری و دایمی
- ۱۳..... نشانه های رویش اولین دندان
- ۱۴..... ۱ گاز گرفتن بیش از حد اجسام یا دست ها
- ۱۴..... ۲ آبریزش دهانی
- ۱۵..... ۳ کم شدن اشتها و بی میلی به غذا
- ۱۵..... ۴ رفلاکس معده
- ۱۶..... ۵ خارش گوش و بینی
- ۱۶..... مشکلات (ناهنجاری های) رویش دندان در کودکان
- ۱۸..... هماتومای دندانی یا هماتومای رویشی
- ۱۹..... کیست رویشی
- ۱۹..... توده ی بون
- ۲۰..... تکه ی استخوانی بعد از رویش دندان
- ۲۱..... رویش نابه جای دندان (دندان اکتوپیک)
- ۲۱..... دندان زمان تولد - دندان بعد از تولد
- ۲۲..... دندان های درگیر در دندان ناتال
- ۲۲..... اتیولوژی یا علت بیماری
- ۲۳..... کنترل و درمان دندان زمان تولد و پس از تولد
- ۲۳..... دندان سبز
- ۲۴..... تاخیر در رویش دندان
- ۲۴..... دندان درنیامده
- ۲۵..... دندان ترنر

- ۲۶..... پگ لترال یا دندان مخروطی
- ۲۶..... انکیلوژیس یا دندان متصل به استخوان
- ۲۷..... دندان صورتی
- ۲۸..... ماملون
- ۲۸..... افزایش بیش از حد اندازه‌ی دندان
- ۲۹..... کوچک شدن بیش از حد دندان
- ۲۹..... دندان در دندان
- ۳۰..... فرآیند رویش دندان
- ۳۰..... فرایند داخل استخوانی
- ۳۱..... فرایند بعد از نمایان شدن قسمتی از دندان
- ۳۱..... فرآیند پس از کامل شدن رویش
- ۳۲..... کنترل نشانه‌های رویش دندان
- ۳۲..... کنترل غیر دارویی - راه‌های طبیعی (روش‌های خانگی)
- ۳۲..... سرما
- ۳۳..... استعمال فشار
- ۳۳..... تذکر
- ۳۳..... روغن بابونه
- ۳۴..... حلقه‌های دندانی
- ۳۵..... شیشه‌ی شیر
- ۳۵..... گلوبند سنگ کهر با
- ۳۶..... روغن میخک
- ۳۶..... وانیل
- ۳۷..... زنجبیل
- ۳۷..... قاشق سرد
- ۳۷..... روغن بادام
- ۳۸..... کنترل دارویی
- ۳۸..... ایوپروفن
- ۳۹..... لیدوکائین (لیگنوکائین = زایلوکائین)
- ۳۹..... کولین سالیسیلیت یا کولین سالیسیلات-ژل
- ۳۹..... پاراستامول یا استامینوفن
- ۳۹..... روش‌های جایگزین
- ۳۹..... طب فشاری
- ۴۰..... آروماتراپی
- ۴۱..... برخی منابع

مقدمه مولف

در آمدن دندان به خصوص اولین دندان نوزاد که حدود ۵ تا ۶ ماهگی، مادر انتظار آن را می کشد اگر چه با ذوق وصفناپذیر والدین همراه است اما به موازات آن، به دلیل برخی نشانه‌ها، والدین به خصوص مادر را دچار نگرانی‌هایی می کند.

این اثر در بردارنده‌ی نمونه‌ی‌های بالینی مربوط به نشانه‌های رویش اولین دندان و نیز بیماری‌های احتمالی که ممکن است کودک را در این مراحل رشد تهدید کند می باشد.

با توجه به رویکرد بالینی این اثر، چه بهتر که با کنار گذاشتن نگرانی‌های ناشی از رویش اولین دندان کودکان و همگام با مشاوره و معاینه، در کنار یک دندانپزشک در کاهش این دغدغه‌ها برآییم.

امید است که اثر حاضر هر چند ناچیز بتواند دقیقه‌ای از دغدغه‌های مادران این سرزمین مقدس کاسته و تجربه‌ی درد را به دلیل درآوردن دندان در کودکان کاهش دهد.

امید است که این تحفه‌ی ناچیز، بزرگان و خوانندگان جان را پسند آید.

این شاگرد کوچک مشتاقانه در انتظار نقدهای خوانندگان گرامی خواهد ماند.

بدون شک این اثر که در پیش‌رو دارید بدون همدلی برادر بزرگوار جناب مهندس خزعلی مدیریت محترم انتشارات وزین شایان نمودار و همکاری تیم متبحرشان محقق نمی شد. بر خویش موظف می دانم که مراتب قدردانی را هر چند موجز از ایشان داشته باشم

دستبوس همه‌ی مادران وطنم

حامد آتش پنجه

Hamedatp110@yahoo.com

ساختار طبیعی دندان

انواع دندان‌ها

هر فرد در دوره زندگی‌اش دارای دو سری دندان می‌شود:

دندان‌های شیری و دندان‌های دایمی: تعداد دندان‌های شیری ۲۰ عدد است که به‌طور مساوی در هر فک جای می‌گیرد. پس از مدتی ۳۲ عدد دندان دائمی به مرور جایگزین دندان‌های شیری می‌گردند. زمان رویش هر دندان در کودک و بزرگسال متفاوت است که با توجه به جدول زمان‌بندی که در صفحه‌ی بعد اشاره شده است باید انتظار آنها را کشید.

از آنجا که دندان‌های شیری پایه و اساس دندان‌های اصلی و دائمی هستند، مراقبت از آنها و رعایت اصول بهداشت دهان و دندان ضروری می‌باشد. این دندان‌ها ۲۰ عدد (۱۰ عدد در هر آرواره) می‌باشد که در نیمه هر آرواره دو دندان پیشین، یک دندان نیش، دو دندان آسیاب کوچک قرار گرفته‌است. تکامل دندان‌های شیری از دوره جنینی شروع می‌شود و درآمدن آنها پس از تولد نوزاد و از شش ماهگی شروع می‌شود. دندان‌های دایمی ۳۲ عدد (۱۶ عدد در هر آرواره) می‌باشند که در نیمه هر آرواره دو دندان پیشین، یک عدد دندان نیش، دو دندان آسیاب کوچک و سه دندان آسیاب بزرگ قرار دارد.

رویش دندان‌های دایمی از شش ماهگی شروع می‌شود و آخرین دندان‌های آسیاب بزرگ به نام دندان‌های عقل در سنین ۲۰ تا ۲۷ سالگی در می‌آیند. که البته حدود ۱۰ درصد مردم فاقد این دندان می‌باشند و این امر کاملاً طبیعی است و جای هیچ گونه نگرانی نخواهد بود.

دندان‌های پیشین یا قدامی: به چهار دندان جلویی در فک بالا و پائین (جمعاً ۸ دندان)، دندان‌های پیشین گفته می‌شود.

دندان‌های پیشین، بزرگ، تخت و دارای لبه تیز و باریک هستند که برای بریدن لقمه‌ی غذا کاربرد دارند. دندان‌های پیشین، تک ریشه‌ای هستند.

دندان‌های نیش (کانین): در طرفین دندان‌های پیشین، دندان‌های نیش قرار دارند. شکل و ساختار آن‌ها ضخیم و برجسته است که منتهی به یک سر تیز و برنده می‌شوند. این دندان‌ها برای بریدن قطعات گوشت بسیار مناسب هستند.

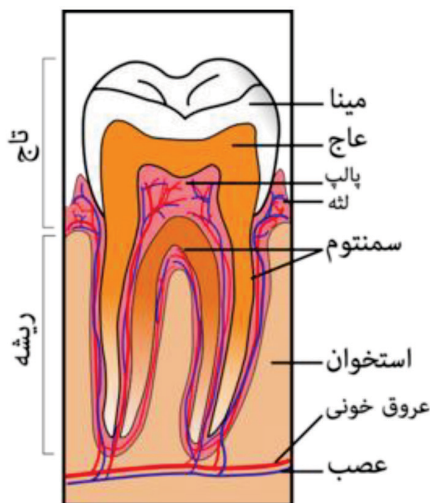
دندان‌های آسیاب کوچک (پره مولر): کنار هر دندان نیش، دو دندان آسیاب کوچک (جمعاً ۸ عدد) قرار دارند که فاصله بین دندان‌های نیش تا آسیاب بزرگ را پر می‌کنند. سطح روی آن‌ها پهن و تخت و لبه‌های آن‌ها تیز و عاج‌دار می‌باشد. دندان‌های آسیاب کوچک کنار نیش‌ها، دو ریشه‌ای و دندان‌های آسیاب کوچک کنار آسیاب‌های بزرگ، تک ریشه‌ای هستند. در فک پایینی، تمامی دندان‌های آسیاب کوچک، تک ریشه‌ای می‌باشند.

دندان‌های آسیاب بزرگ (مولر): سه دندان آخر در طرفین فک‌های بالا و پایین، دندان‌های آسیاب بزرگ هستند که تعداد آن‌ها جمعاً به ۱۲ عدد می‌رسد که به ترتیب آسیاب اول، دوم و سوم نامیده می‌شوند. دندان‌های آسیاب اول، دقیقاً کنار دومین دندان آسیاب کوچک قرار دارد و به دندان‌های آسیاب شش سالگی هم معروف می‌باشد.

دندان عقل: دندان‌های آسیاب بزرگ سوم که به دندان عقل نیز معروف می‌باشند، در انتهای فک‌ها واقع شده‌اند و معمولاً بین ۱۶ تا ۲۰ سالگی شروع به درآمدن می‌کنند. از آنجایی که دندان‌های عقل، آخرین دندان‌هایی هستند که در می‌آیند، عمده‌تاً روی فک جای کافی برای رشد آن‌ها باقی نمی‌ماند. اگر دندان‌ها به هم فشرده و فک کوچک باشد، ممکن است دندان‌های عقل زیر دندان‌های دیگر یا استخوان فک نهفته شوند. اگر تنها قسمتی از دندان عقل دربیاید، ایجاد درد و ناراحتی خواهد کرد که در آن صورت باید با جراحی از دهان خارج شود. بین دندان‌های عقل و آسیاب بزرگ اول، دندان‌های آسیاب بزرگ اول دندان‌های آسیاب بزرگ دوم یا دندان‌های آسیاب دوازده سالگی وجود دارد. دندان‌های آسیاب بزرگ، دندان‌های درشتی هستند که سطح آن‌ها پهن بوده و برای آسیاب کردن و جویدن غذا کاربرد دارند.

ساختار یک دندان

(برگرفته از سایت آقای دکتر دل‌آرام)



یک دندان از دو قسمت عمده‌ی تاج و ریشه ساخته شده است. هر کدام از این مولفه‌ها دارای قسمت‌های دیگری هستند که در شکل مشاهده می‌فرمایید.

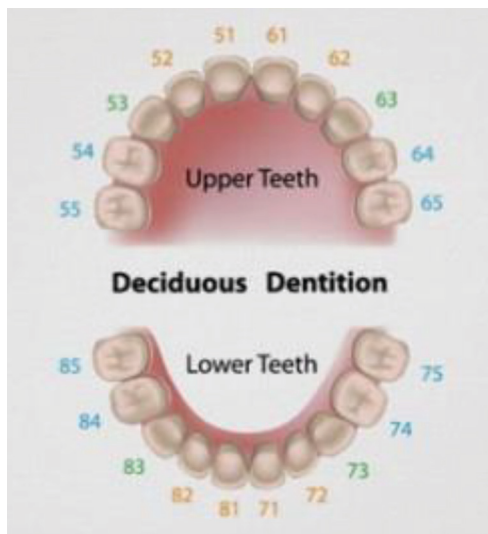
۱- **تاج دندان:** قسمتی از دندان است که در دهان می‌بینیم و روی آن را مینای دندان می‌پوشاند. مینا سخت‌ترین ماده بدن است و غیره زنده محسوب می‌شود. یعنی بافت عصبی و رگ خونی ندارد و ضخامت آن تا ۲/۵ میلی‌متر هم می‌رسد. وظیفه اصلی آن حفاظت از تاج دندان است. زیر مینا را عاج پوشانده، عاج زنده است و تحریک آن می‌تواند درد ایجاد کند.

۲- **ریشه‌ی دندان:** قسمتی از دندان است که داخل استخوان فک قرار دارد و وظیفه‌ی نگهداری کل دندان را به عهده دارد. دندانها به طور معمول از ۱ ریشه تا ۳ ریشه دارند. در مواقع غیر عادی تعداد بیشتری ریشه هم دیده می‌شود. سطح روی ریشه را "سمان" یا "ساروج" یا سمنتوم "پوشانده که خیلی نازک است (تقریباً به اندازه‌ی قطر یک تار مو) و باعث اتصال ریشه به استخوان می‌شود. زیر سمان هم مثل تاج دندان "عاج" قرار دارد.

اگر پوسیدگی در حد مینا باشد، درد خاصی احساس نمی‌کنید ولی دندان پزشک می‌تواند پوسیدگی را تشخیص داده و درمان کند. اگر پوسیدگی به عاج برسد، معمولاً حساسیت به شیرینی و سرما و اگر پوسیدگی عمیق‌تر باشد، حساسیت به گرما و درد بروز خواهد کرد.

۳- **پالپ یا مغز دندان:** بافت نرم است و تقریباً شبیه بافت نرم سایر قسمت‌های بدن (مثل گوشت بدن). این بافت دارای رگ خونی، عصب و سلول و سایر موارد است و عاج دندان در همه جا این را پالپ را در بر گرفته. این پالپ همان قسمت است که به غلط به "عصب" دندان معروف شده است. چرا که جزیی از آن عصب است. و همان طور که گفته شد قسمت‌های بسیار دیگری هم دارد. وقتی پوسیدگی به این "پالپ" می‌رسد و با بعضی مواقع نزدیک آن می‌شود (یعنی عمیقاً در عاج گسترش می‌یابد)، "پالپ" یا در اصطلاح عامیانه "عصب" آسیب می‌بیند و به مرور عفونی می‌شود. "پالپ" با این که تقریباً شبیه بقیه بافت‌های نرم بدن است ولی قدرت دفاعی کمی دارد. یعنی اگر عفونت یا میکروب‌ها و یا صدمه به آن برسد، تقریباً قادر نیست خود را ترمیم کند و از بین می‌رود (می‌میرد). در این موارد اصطلاحاً می‌گوییم پوسیدگی به "عصب" رسیده و دندان با پر کردن عادی قابل درمان نیست و نیاز به "درمان ریشه" یا همان "عصب‌کشی" دارد که در جای خود توضیح می‌دهیم.

دندان‌های شیری:



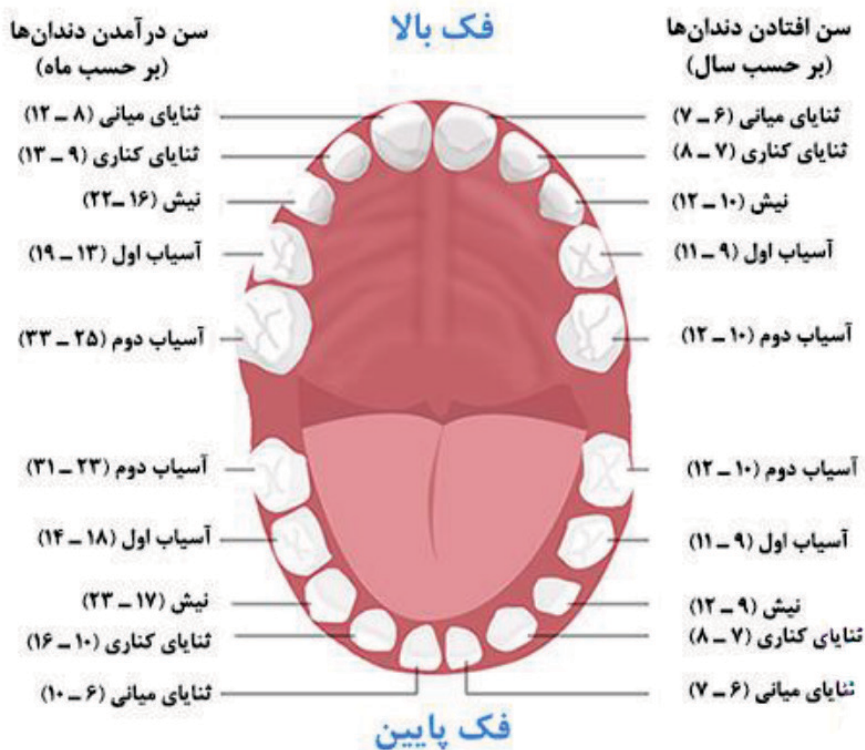
تعداد آن‌ها بیست عدد است. ده تا در فک پایین و ده تا در فک بالا. اولین دندان شیری که رویش می‌یابد در جلوی فک

پایین در سن حدود ۳ تا ۸ ماهگی است. اگرچه یک ساله‌ای بود که دندان‌ها نداشت، حتماً توسط دندانپزشک معاینه شود. آخرین دندان شیری در حدود سن سه سالگی رویش می‌کند. حفظ سلامت دندان‌های شیری بسیار مهم است و اساس رویش طبیعی دندان‌های دائمی است. در صورت بروز هرگونه پوسیدگی، تغییر رنگ، درد یا ضربه به آنها حتماً به کلینیک مراجعه کنید.

اگر دندان‌های شیری زودتر از موقع افتادن طبیعی از دست بروند، باعث کج شدن یا نهفته ماندن دندان‌های دائمی خواهند شد. زمان افتادن دندان‌های شیری: از شش سالگی با افتادن دندان‌های جلوی فک پایین شروع شده و تا ۱۱ الی ۱۳ سالگی آخرین دندان شیری می‌افتد.

رده سنی ۶ تا ۱۳ سالگی دوره‌ی دندان‌های مختلط (Mixed) نامیده می‌شود. یعنی هم دندان شیری و هم دندان دائمی در دهان دیده می‌شود.

اولین معاینه دندان‌ها حتماً باید قبل از یک سالگی انجام شود. این توصیه انجمن دندانپزشکی آمریکا است. بیشتر کودکانی که در آینده دندان‌های نامرتب خواهند داشت را می‌توان در دوره دندان‌های مختلط (۶ تا ۱۳ سالگی) تشخیص داد. پس مراجعه به دندانپزشک در این دوره سنی (حتی اگر پوسیدگی یا مشکلی مشاهده نکنید) مفید خواهد بود. در شکل صفحه‌ی بعد، انواع دندان‌های شیری و زمان‌بندی رویش و افتادن آنها را مشاهده می‌کنید. هر چند گاهی این زمان ممکن است به دلایل مختلف با تاخیر یا تعجیل همراه باشد.



تفاوت دندان شیری و دائمی

دندانهای شیری و دائمی با یکدیگر تفاوت های بسیاری دارند که آنها را از یکدیگر قابل تشخیص میسازد. در جدول زیر به تعداد محدودی از تفاوت ساختاری آنها می پردازیم.

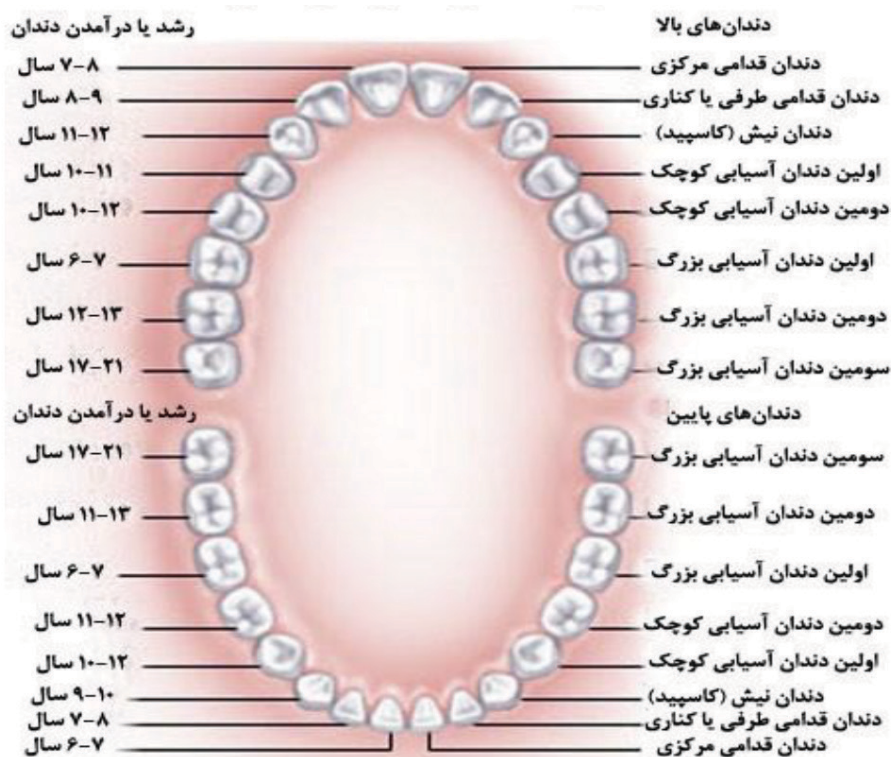
معیار	دندان شیری	دندان دائمی
اندازه	کوچک تر	بزرگ تر
رنگ	روشن	کدر
تاج	کوتاه تر (پیازی شکل)	بلند تر
طوق	تنگ تر	گشاد تر
سطح جونده	کوچک تر	بزرگ تر
ریشه	باریک تر	پهن تر
ضخامت مینا	نازک تر	ضخیم تر
ضخامت عاج	نازک تر	ضخیم تر
مغز دندان	وسیع	کوچک تر

زمان بندی رویش دندان های شیری و دائمی

در مورد زمان دقیق رویش دندان، اتفاقات بسیاری دخیل است. اما میانگین زمان رویت دندان ها را می توان با توجه به شکل زیر انتظار داشت.

لازم به ذکر است که تاخیر در رویش دندان طبق شکلی که در ادامه می آید، برای دندان های شیری با اختلاف ۲ تا ۳ ماه، و برای دندان های دائمی تا حدود ۱ تا ۲ سال طبیعی ست. اگر این بازه ی زمانی بیش تر از این شد به دندان پزشک مراجعه نمایید.

دندان‌های شیری	زمان رویش	زمان افتادن
دندان‌های پیشین مرکزی پایین	۶ ماهگی	۶-۷ سالگی
دندان‌های پیشین مرکزی بالا	۷/۵ ماهگی	۷-۸ سالگی
دندان‌های پیشین جانبی پایین	۷ ماهگی	۶-۷ سالگی
دندان‌های پیشین جانبی بالا	۹ ماهگی	۸-۹ سالگی
اولین دندان‌های آسیا پایین	۱۲ ماهگی	۹-۱۰ سالگی
دندان‌های نیش پایین	۱۶ ماهگی	۱۰ سالگی
دندان‌های نیش بالا	۱۸ ماهگی	۱۱ سالگی
دومین دندان‌های آسیا پایین	۲۰ ماهگی	۱۰-۱۱ سالگی
دومین دندان‌های آسیا بالا	۲ سالگی	۱۰-۱۱ سالگی





نشانه‌های رویش اولین دندان

در هنگام رویش دندان، به خصوص اولین دندان نشانه‌های متعددی در یک کودک دیده می‌شود. اگر چه خیلی از این علائم می‌توانند کاملاً طبیعی باشند ولی برخی از آنها می‌توانند علائمی از یک بیماری محسوب شده و نگران کننده باشند. به همین دلیل شناخت طبیعت این نشانه‌ها ضرورت دارد تا والدین به خصوص مادران، بتوانند راهکار مناسبی برای کنترل آنها داشته باشند.

تعدادی از این نشانه را در ادامه‌ی مطلب در پیش می‌گیریم.

- ۱- گاز گرفتن بیش از حد اجسام و دست
- ۲- آب ریزش دهانی (درولینگ یا افزایش مقدار بزاق)
- ۳- نق کردن زیاد، خصوصاً در شب
- ۴- بد خوابی
- ۵- تب
- ۶- اسهال و گاهی یبوست
- ۷- علائم پوستی (اسپات‌های روی پوست) تورم قرمز رنگ روی پوست و جوش‌های قرمز رنگ قنداق
- ۸- کاهش اشتها
- ۹- مالیدن گوشه‌ها، لبها و بینی
- ۱۰- عفونت ثانویه
- ۱۱- ضعف و بی‌حالی

۱۲- احساس درد و خارش در محل رویش دندان

۱۳- کاهش مصرف آب

۱۴- رفلاکس معده

۱۵- افزایش ضربان قلب (تاکی کاردیا)

۱۶- التهاب‌های گوشه به خصوص در سمت رویش دندان (اوتایتیس)

۱۷- ایجاد کیست‌های دهانی

۱۸- سرفه، غالباً در هنگام خواب شب

در ادامه به توضیح مختصری از چند مورد بالا می‌پردازیم.

۱ گاز گرفتن بیش از حد اجسام یا دست‌ها



از آنجایی که اعمال فشار بر روی لثه طفل را تا حد زیادی آرام می‌کند اجازه دهید تا حتی الامکان با وسایل تمیز یا با دست خود لثه‌ی خود را ماساژ دهد یا اینکه شما این کار را برای او انجام دهید.

۲ آب ریزش دهانی (DROOLING)



آبریزش دهانی یکی از نشانه‌های عمومی رویش دندان به خصوص، اولین دندان است.

علت این امر مکانیسم رویش دندان است که منجر به افزایش فعالیت سلول‌هایی موسوم به سلول‌های سبکی می‌شود که در