

أدوات تنظيف الأسنان



خيـط الأسنان:

خيـط الأسنان الشمعي

هو خيـط أسنان مغطى بطبقة شمعية. يستخدم في الغالب للأسنان التي تكون متراسة بشدة وله رائحة زكية.

خيـط الأسنان اللاشمعي

هو خيـط أسنان غير مغطى بالشمع ويكون ضعيفاً وليس له رائحة.

خيـط السوبر فلوس

هو خيـط أسنان بدايته بلاستيك لتسهيل عملية دخوله بين الأسنان ثم اسفنج ثم خيـط ويستخدم لتنظيف (التركيبات) الثابتة والتي تسمى بالجسور.



اثبتت الدراسات انه لا يوجد فرق بين خيـط الأسنان الشمعي واللاشمعي في إزالة بقايا الطعام بين الأسنان.

يفضل استخدام خيـط الأسنان الشمعي للمبتدئين لتفادي جرح اللثة.

ماسك خيـط الأسنان:

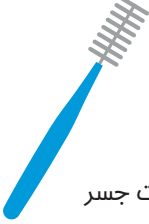
هو حامل يركب عليه خيـط الأسنان فيسهل وصوله للأسنان الخلفية.

أهمية التنظيف بخيـط الأسنان:

- تنظيف ما بين الأسنان وهي المنطقة التي لا تستطيع الفرشاة الوصول إليها.
- تنظيف المنطقة المفتوحة ما بين السن واللثة.
- يقلل من حدوث التسوس ما بين الأسنان.



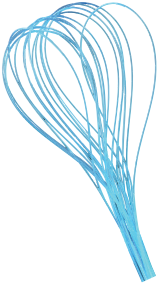
فرشاة ما بين الأسنان:



هي فراشي صغيرة تأتي بأحجام مختلفة تستخدم في حالتين:

1. يستخدمها مرضى التقويم لتنظيف التقويم المربع اللاصق بالأسنان.
2. يستخدمها مرضى اللثة لتنظيف الجيوب اللثوية.
3. يستخدمها مرضى التعويضات الثابتة (الجسور) لتنظيف الأكل من تحت جسر الأسنان الثابت.

الإبرة البلاستيكية:



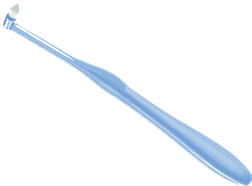
تسهل دخول خيط الأسنان تحت سلك التقويم. ويستخدمها مرضى التقويم لتنظيف ما بين الأسنان.

كاحت اللسان:



أداة بلاستيكية أو معدنية تستخدم لتنظيف اللسان من بقايا الطعام. ويسمى كاحت لأنه يكحت اللسان من الخلف للأمام.

فرشاة السن الواحد:



تستخدم لتنظيف الأسنان المترابطة التي يصعب الوصول إليها بالفرشاة العادية.

أهمية تنوع أدوات تنظيف الأسنان:

للمحافظة على جميع أسطح الأسنان نظيفة لابد من استخدام الأداة المناسبة التي تفي بالغرض.

ففرشاة الأسنان مثلا تنظف الأسطح الخارجية والداخلية ولا تستطيع المرور لتنظيف ما بين الأسنان.

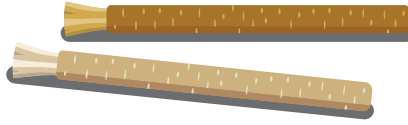
لذا لابد من استخدام خيط الأسنان بعد استخدام الفرشاة كما أن تركيبات الأسنان والتقويم لها أدوات أخرى تضاف لفرشاة الأسنان وطرق مختلفة في التنظيف لابد أن يدركها الفرد ويتعلمها للمحافظة على نظافة الأسنان وسلامة اللثة.

أدوات تنظيف الأسنان وأنواعها



السواك:

وهو عود الأراك يستخرج من شجرة دائمة الخضرة. ويحتوي السواك على نسبة قليلة من الفلورايد وبه مادة قابضة تقلل من التهاب اللثة ومادة لتبييض الأسنان. والسواك سنة مؤكدة للرجال والنساء.



كيفية استخدام السواك:

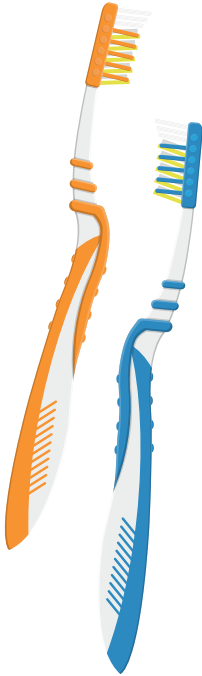


فرشاه تنظيف الأسنان اليدوية:

يجب أن يتحقق في الفرشاة التالي:

- أن تكون ناعمة
- أن يكون مقبض اليد طويلاً بحيث يسهل استخدامه
- أن تكون نهاية شعيراتها كثيفة دون زوائد مصفوفة في صفين لأربعة صفوف دائرية للتقليل من إمكانية خدش الأسنان أو التسبب في جرح اللثة
- توجد ثلاثة أنواع من الفرشاة (الناعمة - المتوسطة - والقاسية) غالباً ما يستخدم الفرد العادي النوع الناعم وينصح المدخنين باستخدام النوع المتوسط إلى القاسي.

نصائح لمستخدمي فرشاة الأسنان:



يفضل تغيير الفرشاة كل 3 أشهر أو حين ملاحظة تغيير في شعيرات الفرشاة

استخدام الفرشاة الأكثر نعومة للذين يعانون من التهابات اللثة

تجنب تغطية الفرشاة أو تخزينه لمنع تكاثر البكتيريا فيه

عدم مشاركة الآخرين لفرشاة الأسنان

يفضل غسل الفرشاة جيداً بالماء بعد الانتهاء من التفريش وتركه لينشف

تجنب استخدام فرشاة الأسنان القاسية فهي تسبب خدوشاً وجروحاً باللثة

فرشاة تنظيف الأسنان الكهربائية:

تتساوى فرشاة
الأسنان الكهربائية
والعادية في كفاءة
تنظيف أسطح
الأسنان

تنظيف الأسنان
بالفرشاة الكهربائية
يستغرق وقتاً أطول
بعكس العادية
لتنظيفها سنّاً سنّاً
بخلاف العادية

لكل فرشاة كهربائية
استخدام خاص
بها يوجد في دليل
المستخدم المرفق بها





/MOPHQatar

/MOPHQatar



/MOPHQatar



www.moph.gov.qa

