



المبادئ الإرشادية السريرية لحوكمة قطر
NATIONAL CLINICAL GUIDELINES FOR QATAR

معلومات للمرضى ومقدمي الرعاية

ماذا يجب أن تعرف إذا كنت تعاني من حالة
طارئة بالأسنان؟

تاريخ النشر: ٢٣ سبتمبر ٢٠٢٠

تاريخ المراجعة النهائية: ٢٣ سبتمبر ٢٠٢٢

هل تعلم أن عدم العناية بنظافة الفم والأسنان يمكن أن يؤثر على صحتك ونمط حياتك؟

يؤدي عدم العناية بنظافة الأسنان إلى زيادة خطر إصابات الأسنان أو التهاب الأسنان.

ما هي حالات الأسنان الطارئة؟

حالات الأسنان الطارئة هي إصابات أو حالات الأسنان التي تتطلب علاجاً فورياً لتقليل أو منع حدوث مضاعفات طبية خطيرة أو مضاعفات خطيرة تتعلق بالأسنان.

هناك نوعان رئيسيان من حالات الأسنان الطارئة:

- حالات الأسنان الطارئة الناتجة عن إصابات خطيرة للأسنان والأنسجة المحيطة بالفم والوجه والفكين وتسمى طوارئ الأسنان المؤلمة.
- حالات الأسنان الطارئة التي لا تتعلق بأي إصابات مباشرة وتسمى طوارئ الأسنان غير المؤلمة.

تشمل الأمثلة الشائعة لحالات الأسنان الطارئة ما يلي:

- كسر السن.
- خلع السن.
- تحرك السن من موضعه.
- عدم القدرة على السيطرة على النزيف بالفم بعد خلع الأسنان.
- الجروح العميقة في الفم أو اللثة.
- ألم شديد في الأسنان أو الفم.
- زيادة الورم في الفم.
- ورم في الفم أو تقرحات وارتفاع الحرارة.
- خدر في الأسنان أو اللثة أو الفم.

إذا كنت تعاني من أي من الحالات المذكورة، يجب أن تزور طبيب الأسنان في أسرع وقت ممكن لإجراء فحص طبي.

ما الذي يسبب حالات الأسنان الطارئة؟

تشمل الأسباب الشائعة لحالات الأسنان الطارئة ما يلي:

- إصابات مباشرة للأسنان واللثة والفم والوجه والرأس من خلال:
 - السقوط أرضاً.
 - الحوادث أثناء ممارسة الرياضة.
 - العراك.
 - التعثر أو تلقي ضربة بشيء على الفم.
 - حادث سيارة.
- إجراءات أو عمليات الأسنان مثل خلع الأسنان.
- التهابات الأسنان. يمكن أن تسبب التهابات اللثة أو جذر السن ألماً شديداً وتورماً.

متى يجب زيارة طبيب الأسنان؟

يجب أن تزور طبيب الأسنان في أقرب وقت ممكن إذا كنت تعاني من:

- كسر أو تحرك أو فقدان السن بعد الإصابة.
- ألم الأسنان الذي لا يزول بعد تناول المسكنات التي يمكن الحصول عليها دون وصفة طبية.
- نزيف من الفم أو اللثة بعد عملية للأسنان.
- تنميل (خدر) في السن أو ألم في الفك عند فتح أو إغلاق الفم.

يجب عليك الذهاب إلى قسم الطوارئ إذا كنت تعاني من:

- إصابة حديثة في الرأس أو الوجه.
- نزيف كثيف أو مستمر من اللثة رغم الضغط عليها.
- وجود جرح كبير أو فجوة داخل الفم أو على الوجه.
- تورم أو تقرح بالفم يزداد بسرعة.
- صعوبة في البلع أو التنفس.
- ارتفاع في الحرارة أو قشعريرة.
- ألم في الفك وألم في الصدر.
- تدلي جانب واحد من وجهك، ضعف في ذراعك أو صعوبة في الكلام.

ماذا سيفعل طبيب الأسنان؟

لتحديد المشكلة، سيطرح طبيبك بعض الأسئلة السريعة عن الإصابة أو حالة أسنانك، وحالتك الطبية الحالية، والأدوية التي تتناولها حالياً.

سيفحص طبيب الأسنان فمك، أسنانك، لثتك والمناطق الأخرى المصابة.

في بعض الحالات، قد يطلب طبيب الأسنان إجراء فحص بالأشعة السينية أو صورة أخرى للتحقق من وجود كسر أو تلف في الأسنان.

حسب الحالة، قد يبدأ طبيب الأسنان العلاج على الفور أو يحيلك للعلاج

كلّما تأخرت في زيارة طبيب الأسنان، زادت المشكلة خطورة.



كيفية الوقاية من إصابات الأسنان

يمكنك الوقاية من أو تقليل خطر إصابة الأسنان من خلال:

- الحفاظ على نظافة الفم جيداً:
 - قم بتنظيف أسنانك ولثتك مرتين يومياً على الأقل ولمدة دقيقتين على الأقل، باستخدام فرشاة أسنان ومعجون أسنان يحتوي على الفلورايد.

- اتباع نظام غذائي صحي:
 - تجنب الأطعمة والمشروبات الحمضية والأطعمة غير الضرورية التي تحتوي على نسبة عالية من السكر.

- استخدام واقي الفم دائماً خاصة إذا كنت تمارس رياضات الاحتكاك البدني.

- التوقف عن التدخين:
 - توقف عن التدخين، إذا كنت تدخن.

- فحص الأسنان السنوي:
 - يجب عليك زيارة طبيب الأسنان مرة واحدة على الأقل كل عام لتقليل مخاطر الإصابة بمشاكل الأسنان.

نصائح عند التعامل مع ألم الأسنان في المنزل

اتبع هذه النصائح عند التعامل مع ألم الأسنان في المنزل:

- تجنب تناول الأطعمة شديدة البرودة أو الساخنة لأنها قد تجعل الألم أسوأ.
- تناول مسكنات الألم التي لا تحتاج لوصفة طبية للمساعدة في تخفيف الألم.
- إذا كنت تعاني من قرحة في المعدة أو مشكلة في الكبد أو الكلى، استشر طبيبك قبل استخدام أي دواء للألم بدون وصفة طبية.
- إذا كنت تعاني من ألم في الأسنان بسبب صدمة، ضع كمادة باردة على خدك للمساعدة في تقليل الألم.
- تجنب المشاركة في أي من رياضات الاحتكاك البدني حتى يزول الألم.
- تناول الأطعمة الطرية التي لا تحتاج للمضغ، إلى أن تستطيع زيارة طبيب أسنانك.

أبرز مشاكل الأسنان الشائعة وعلاجها

يعتمد العلاج على مكان الإصابة وشدها وعمرك. وتحديدًا إذا كانت الإصابة لدى طفل أو شخص بالغ. السنّ المخلوع. لا تحتاج أسنان الطفل المخلوعة لإعادتها إلى مكانها. تحتاج الأسنان الدائمة المخلوعة لدى الأشخاص البالغين إلى علاج سريع. يجب إعادة السن إلى مكانه خلال ١٥ إلى ٦٠ دقيقة من الإصابة.

حاول إعادة وضع السنّ في مكانه باتّباع الخطوات التالية:

- امسك السنّ من الجزء العلويّ (التاج) بحذر.
- قم بإزالة أي بقايا على السن عن طريق غسل السنّ قليلاً بمحلول الماء والملح أو بالماء.
- قم بإعادة السنّ في مكانه في التجويف مستخدماً يدك.
- حافظ على السنّ في مكانه عن طريق العض على منشفة نظيفة أو منديل.
- راجع طبيب الأسنان لتلقي العلاج في أسرع وقت ممكن.

إذا كنت لا تستطيع إعادة وضع السنّ في اللثة، قم بوضعه في وعاء من طيب بارد أو من لعابك.

لا تضع السنّ في الماء لأن سيقّل ذلك فرصة النجاة السنّ من جديد.

الأسنان المكسورة عند الأطفال قد تحتاج الأسنان إلى الخلع. ومن الممكن إصلاح أسنان البالغين المكسورة:

- يجب أن تزور طبيب الأسنان لتلقي العلاج خلال يومين من الإصابة، للحصول على أفضل نتيجة ممكنة.
- يجب أن تتلقّى العلاج بسرعة إذا كانت أسنانك حساسة للحرارة أو البرودة.
- في بعض الأحيان يمكن إعادة لصق قطع السنّ المكسورة، لذلك قم إذا أمكن بحفظ هذه القطع في الحليب واذهب إلى طبيب الأسنان لتلقي العلاج في أسرع وقت ممكن.

إصابات الفم:

- قد تحتاج الجروح الكبيرة أو العميقة إلى الخياطة، خاصة إذا كانت بالقرب من طرف اللسان أو بين الأسنان.

الجراحة: قد يحيلك الطبيب لإجراء عملية جراحية إذا كان لديك كسر في عظم الفك أو الوجه.

المضادات الحيوية. يصف طبيب الأسنان هذه الأدوية عادةً إذا في حال وجود التهاب بالأسنان.

نصائح حول نزيف الأسنان:

فقد تكون النصائح التالية مفيدة إذا حصل نزيف بعد تلقي علاج للأسنان، أو بعد إصابة في الفم:

- اضغط على منطقة النزيف بقطعة شاش نظيفة أو ضمادة مبللة قليلاً بالماء النظيف.
- ابق الضمادة في مكانها لمدة ٣٠ دقيقة ثم تحقق من توقف النزيف. إذا لم يتوقف، ضع ضمادة أخرى وابقها في مكانها لحين وصولك إلى طبيب الأسنان.

المتابعة

بعد مغادرة عيادة الأسنان، يجب عليك تناول أدوية كما وصفها الطبيب، والالتزام بجميع مواعيد المتابعة.

إذا كانت لديك أية مخاوف، فاتصل بطبيب الأسنان. تجنب تناول كميات زائدة من مسكنات ألم لأن ذلك قد يؤدي إلى تفاقم المشكلة أو إطالة مدتها.



معلومات إضافية

يمكن الحصول على معلومات إضافية عن علاج حالات الأسنان الطارئة من خلال المبدأ الإرشادي السريري الوطني: تقييم وعلاج حالات الأسنان الطارئة، الذي نشرته وزارة الصحة العامة القطرية.

هذا الدليل متاح لعامة الناس من خلال الرابط التالي لموقع وزارة الصحة العامة: www.moph.gov.qa