

چه عواملی باعث ایجاد بیماری لثه و استخوان می شوند؟

بهداشت بد دهان و رعایت نکردن بهداشت روزانه (مسواک و نخ دندان) و همچنین عدم مراجعه به دندانپزشک برای جرم گیری دندان ها، باعث تجمع مواد غذایی در طوق دندان و زیر لثه می-شود. این مواد به شکل یک لایه چسبنده به نام پلاک میکروبی در زیر لثه باقی می مانند و به مرور زمان با اضافه شدن میکروب-ها و باکتری ها سخت و محکم شده و به جرم دندان تبدیل می شوند.

هنگامی که جرم بر روی دندان تشکیل می شود دیگر با مسواک زدن و نخ دندان از روی دندان ها پاک نمی شود و فقط دندان پزشک می-تواند آن را با روشی که جرم گیری نام دارد از روی دندان بردارد. لثه اطراف دندان به این مواد واکنش نشان می دهد و دچار التهاب می شود و بیماری لثه از همین جا آغاز می شود. در ابتدا تنها لثه دچار تورم می شود که با برداشته شدن جرم قابل برگشت است و آسیبی به استخوان وارد نمی شود. اگر این وضعیت ادامه پیدا کند موادی که باکتری ها ترشح می کنند و موادی که بدن در مقابله با آنها ترشح می کنند دست به دست هم داده و از بین رفتن استخوان آغاز می شود. لثه کم کم تحلیل رفته و عقب نشینی می کند و اگر درمان جرم گیری انجام نشود لثه ها دچار عفونت می شوند و استخوان هم به تدریج از بین رفته و عقب نشینی خواهد کرد.

با تحلیل رفتن استخوان دندان بافت پشتیبان خود را از دست داده و به تدریج دچار لقی می شود. لق شدن دندان بدترین عارضه بیماری پریودونتال (بیماری لثه و استخوان اطراف دندان) است زیرا تقریبا غیر قابل برگشت است و ممکن است به کشیده شدن دندان منجر شود. علاوه بر این تحلیل رفتن لثه و استخوان باعث می شود ریشه که بافتی آسیب پذیر است بدون حفاظ و پشتیبان در محیط دهان قرار گیرد. سمنتوم (پوشش ریشه) بسیار آسیب پذیر است و به سرعت دچار پوسیدگی می شود. ریشه همچنین بسیار حساس است و در برابر غذا و نوشیدنی های سرد و گرم حساسیت نشان می دهد و بیمار درد شدیدی را تجربه خواهد کرد. این عفونت و التهاب همچنین رشته های ظریفی که دندان را به لثه و استخوان متصل می-کنند را نیز از بین می برد و لثه چسبنده به دندان شل شده و پاکت عمیقی در اطراف دندان به وجود خواهد آمد

که تمیز کردن آن با مسواک غیر ممکن خواهد شد و این وضعیت به افزایش جرم بیشتر و بدتر شدن وضعیت دندان منتهی می شود.

علائم بیماری لثه (پریودونتال) چیست؟

در بیماری پریودونتال لثه ها ورم کرده و قرمز پررنگ یا بنفش هستند، دهان بوی بدی می گیرد، لثه ها تحلیل می روند و دندانها لق می شوند. ممکن است لثه ها به طور خود به خود یا به هنگام مسواک زدن دچار خونریزی شوند یا از ناحیه بین لثه و دندان چرک خارج شود. کشیدن سیگار، بعضی از انواع بیماری ها مانند دیابت، بالارفتن سن و بعضی فاکتورهای دیگر مانند تغییرات هورمونی در زنان و دختران احتمال ابتلا به بیماری لثه را بیشتر می کنند. اگر فرد تحت استرس شدید باشد دفاع و ایمنی بدن در برابر بیماری پریودونتال ضعیفتر خواهد شد. بعضی از داروهای ضد افسردگی و داروهای مورد استفاده در بیماران قلبی به دلیل کم کردن بزاق بهداشت دهان را به مخاطره می-اندازند. بیماری هایی مانند ایدز و سرطان نیز برای سلامت لثه-ها خطرناکند. بعضی از افراد هم به صورت ژنتیکی به بیماری های لثه ای مستعدتر هستند.

چه کسانی بیشتر به بیماری پریودونتال مبتلا می-شوند؟

بیماری پریودونتال معمولا بعد از سن ۳۰ سالگی پدید می آید و شیوع آن در مردان بیشتر از زنان است. در نوجوانان نیز بیشترالتهاب لثه را می توان یافت و کمتر به التهاب و تحلیل استخوان دچار می شوند. به طور کلی در هر فردی که پلاک و جرم برروی دندان باقی بماند احتمال ایجاد این بیماری وجود دارد.

چه باید بکنید تا از ایجاد این بیماری جلوگیری شود؟

تعدادی از نکاتی که باید رعایت کنید عبارتند از:

۱- دو بار در روز با یک خمیر دندان حاوی فلوراید هر بار به مدت ۴ دقیقه مسواک بزنید.

۲- هر روز از نخ دندان استفاده کنید.

۳- به طور روتین برای چکاپ و جرم گیری به یکی شعب دندانپزشکی شفاگستر مراجعه کنید.

۴- از رژیم غذایی درست و متوازنی پیروی کنید.

۵- از دخانیات دوری کنید.

چطور متوجه شوید که آیا به بیماری لثه مبتلا هستید یا خیر؟

متأسفانه این بیماری تا به مراحل پیشرفته نرسیده باشد ممکن است علامت خاصی نداشته باشد. بعضی از علائم عبارتند از:

۱- اگر از دهان شما به طور پیوسته بوی بدی به مشام می رسد.

۲- اگر لثه های قرمز و ورم کرده دارید.

۳- اگر لثه های شما دردناکند و بی دلیل خونریزی می کنند.

۴- اگر به هنگام جویدن درد احساس می کنید.

۵- اگر دندان هایتان لق شده اند.

۶- اگر دندان هایتان به سرما و گرما حساس شده اند.

درمان بیماری پریودونتال به چه صورت است؟

هدف اصلی درمان از بین بردن عفونت است. بسته به شدت و وسعت بیماری نوع و تعداد درمان ها ممکن است متفاوت باشند. ولی در هر صورت نوع درمان هر چه باشد به مراقبت و رعایت کامل بهداشت دهان توسط بیمار در منزل نیاز دارد. گاهی اوقات ترک دخانیات ضروری است.

• پاکسازی عمقی لثه (شامل جرم گیری و تسطیح سطح ریشه): دندانپزشک از دستگاه جرم گیری برای دندان های سالم و از قلم های جرم گیری دستی برای دندان های روکش شده و قسمت های ترمیم شده دندان استفاده می کند و جرم های بالا و زیر لثه را به طور کامل از روی دندان ها پاک می کند. با تسطیح سطح ریشه قسمت های زبر و خشنی که در سطح ریشه وجود دارند و باعث تجمع جرم و پلاک می شوند و باکتری هایی که بر روی ریشه چسبیده اند برداشته می شوند که این عمل بیماری را درمان می کند. برخلاف تصور عموم جرم گیری اگر توسط دندانپزشک یا بهداشتکار آگاه و با تجربه انجام شود به مینای دندان هیچ گونه آسیبی وارد نمی شود.

• دارو درمانی: ممکن است دندانپزشک همراه با درمان جرم گیری بعضی از داروهای خاص را نیز برای بیمار تجویز کند. البته بسته به شدت بیماری و نظر دندانپزشک ممکن است جراحی لثه نیز ضروری شود.

بعضی از داروهایی که توسط دندانپزشک تجویز می شوند عبارتند از:

۱- دهانشویه های ضد میکروبی: که اغلب حاوی کلرهگزیدین هستند برای از بین بردن باکتری ها بعد از جرم گیری و جراحی تجویز می شوند.

۲- ژل های آنتی بیوتیک و قرص های زیر لثه ای حاوی آنتی بیوتیک که برای از بین بردن باکتری ها و کاهش عمق پاکت لثه ای به کار برده می شوند.

• درمان جراحی: اگر با جرمگیری و دارودرمانی بیماری درمان نشود جراحی الزامی می شود. جراح با برش و کنار زدن لثه جرم های عمقی را از روی ریشه پاک می کند. ممکن است پیوند استخوان و لثه نیز برای جبران استخوان و لثه از بین رفته لازم شود.