

## صحة الأسنان

تقترح الأكاديمية الأمريكية لطب أسنان الأطفال (The American Academy of Pediatric Dentistry) وقسم طب أسنان الأطفال وتقويم الأسنان (Division of Pediatric Dentistry and Orthodontics) في مركز مستشفى سينسيناتي للأطفال الطبي (Cincinnati Children's Hospital Medical Center) بأن يزور الأطفال طبيب الأسنان في غضون ستة أشهر بعد ظهور أو سن لديهم أو في موعد لا يتجاوز عامهم الأول من العمر. وفي هذه الزيارة سيقوم طبيب الأسنان بما يلي:

- فحص تسوس الأسنان
- فحص نمو أسنان طفلك
- التحدث معك حول كيفية رعاية أسنان طفلك
- البدء مع طفلك على طريق الابتسامة الصحية
- مناقشة منع الإصابة الرضخية

### التسنين

إنه وقت سعيد للغاية بالنسبة لك عندما يبدأ طفلك في الحصول على أول أسنانه. وفي كثير من الأحيان قد نلقي اللوم على عملية التسنين للتسبب في أعراض قد تكون ذات صلة في الواقع ببعض المشكلات الطبية الأخرى.

إنه لمن الشائع إصابة الطفل بالأكزيما وطفح الحفاض واضطرابات في النوم والتهابات الأذن ومشكلات في الجهاز التنفسي العلوي في مرحلة الرضاعة المبكرة. وفي الوقت نفسه يحصل طفلك على أولى أسنانه ويلقى باللوم على الأسنان في ظهور الكثير من هذه الأعراض. وعملية التسنين لا ترتبط بوجود التهاب بالأذن أو الإسهال أو أعراض البرد.

الأعراض التي قد تظهر على طفلك عندما يكون في مرحلة التسنين تشمل:

- درجة حرارة منخفضة (ليست أكثر من 101 فهرنهايت)
- شعور طفيف بعد الراحة

يمكنك إعطاء الطفل أدوية مسكنة للألم واستخدام حلقات التسنين للمساعدة في التغلب على الشعور بعدم الراحة نتيجة التسنين.

### تهديئة طفلك



إن استخدام اللهاية لفترات طويلة يمكن أن يؤثر على كيفية نمو أسنان طفلك. ولكن يمكن عادة التوقف عن استخدام اللهاية بصورة أسهل من التوقف عن مص الإبهام. إذا كان طفلك يقوم بمص إبهامه، فيتعين عليك محاولة إعطاءه اللهاية بدلاً من ذلك حيث إنه سيكون من الأسهل الإقلاع عن عادة تناول اللهاية.

إذا تركت طفلك يستخدم اللهاية:

- اختر لهاية قوية ومرنة
- لا تعلق اللهاية أبداً حول عنق طفلك
- لا تضع مواد محلية على اللهاية
- استبدل اللهاية كل بضعة أشهر

## تسوس الأسنان الناجم عن الرضاعة من الزجاج

التسوس الناجم عن استخدام زجاجة الرضاعة هو شكل سريع من أشكال التسوس التي تؤثر على الأسنان الأمامية العلوية والأسنان الخلفية العلوية والسفلية. ويمكن أن يفقد الأطفال أسنانهم في عمر صغير نتيجة هذا التسوس. وفي حالة فقدان الأسنان، فقد يتسبب ذلك في مشكلات اجتماعية ويؤدي إلى حدوث مشكلات مع الأسنان الدائمة. يمكن مشاهدة بعض الآثار الضارة لهذا التسوس في هذه الصورة.



أعضاء هيئة التدريس بقسم طب أسنان الأطفال وتقويم الأسنان في مستشفى سينسيناتي للأطفال يوصون بما يلي:

- اختيار طبيب الأسنان ببلوغ الطفل العام الأول أو عندما تظهر أولى أسنانه
- عدم إرضاع طفلك قبل النوم أي سوائل أخرى في زجاجة الرضاعة غير الماء، حيث إن أي سائل أخرى يمكن أن تتسبب في تسوس الأسنان
- عدم استخدام زجاجة الإرضاع كنهاية أثناء القيلولة أو في وقت النوم
- قد تساهم الرضاعة الطبيعية طوال الليل حسب رغبة الطفل في تسوس الأسنان
- مسح أسنان طفلك ولثته بقطعة من القماش الخاص بالأطفال أو شاش قطني بعد كل رضاعة هي عادة جيدة يجدر القيام بها

يمكن أن يؤدي تسوس الأسنان إلى مشكلات صحية أخرى، والأطفال الذين يعانون من التسوس الناجم عن الرضاعة من الزجاج قد تكون أوزانهم أقل من أقرانهم.

## أهمية أسنان الطفل

فقدان الطفل لأسنانه في عمر مبكر قد يؤدي إلى:

- جعل تناول الطعام أكثر صعوبة
- التأثير على المظهر
- التأثير على الكلام
- التسبب في آلام غير ضرورية والتهابات يمكن أن تؤدي إلى دخول المستشفى
- التسبب في مشكلات تباعد الأسنان الدائمة
- التأثير على الثقة بالنفس
- التأثير على نمو الطفل
- التأثير على الرعاية الطبية، وبشكل خاص بالنسبة للأطفال الذين يكون لديهم مشكلات صحية أخرى

## الوقاية من الإصابة الرضخية



يمكنك تجنب الكثير من الإصابات الخاصة بالفم التي تحدث للأطفال، مثل الأسنان المتكسرة (كما هو موضح بالصورة)، عن طريق اتخاذ بعض احتياطات السلامة البسيطة. وتعد إصابات الفم شائعة في الأطفال الصغار الذين يتعلمون المشي. وتحدث معظم إصابات الفم نتيجة للسقوط أو التعرض لوقوع حادث أثناء اللعب.

لأن إصابات الوجه والأسنان من المرجح أن تتزايد من عمر عام واحد إلى ستة أعوام، فمن المهم مراعاة الاحتياطات اللازمة لمنع هذه الإصابات:

- استخدم دائمًا الحجم المناسب لمقعد السيارة الخاص بالطفل
- ضع أغطية حماية للأطفال على الحواف الحادة للمناضد والنوافذ.

## Dental Health

- ضع حاجز أمان على الأسرة ووضِع بوابات أمام السلالم.
- اعمل على منع وقوع إصابات رضخية بواسطة نقل الأثاث بعيدًا عن الطريق لتهيئة ممر للمشى. وأحد المناطق الأكثر شيوعًا لوقوع إصابات هي الطاولة الجانبية.
- تأكد من استخدام طفلك لواقى الفم عند ممارسة الرياضة مثل التزلج وركوب الدراجة وكرة القدم وكرة السلة وكرة القدم الأمريكية ودراجة القدم (الاسكوتر).

قم باستدعاء الطبيب على الفور في حالة تعرض طفلك لحادث ووقوع إصابة في الفم أو الأسنان.

أ02/2025

