

والدین گرامی

آیا می دانید که:

- هر کودک 6 ساله ایرانی به طور متوسط با 5 دندان پوسیده وارد مدرسه می شود که
- با روش های پیشگیری ساده و کم هزینه فرزندانتان می توانند از دوران کودکی تا سالمندی، دندان های سالمی داشته باشند.

روش های پیشگیری از ایجاد پوسیدگی دندانی در کودکان کدام است؟

- مسواک زدن
- استفاده از نخ دندان
- استفاده از ترکیبات فلوراید (دهانشویه، وارنیش و ...)
- تغذیه مناسب
- شیارپوش یا فیشور سیلنت (ماده مخصوص هم رنگ دندان که توسط دندانپزشک بر روی شیارهای دندان های کودکان به منظور پیشگیری از پوسیدگی قرار داده می شود.
- معاینات دوره ای دهان و دندان

فلوراید چیست ؟

- فلوراید یک ماده طبیعی است که در ساختمان دندان نفوذ کرده و باعث افزایش مقاومت دندان ها در برابر پوسیدگی می شود.

- این ماده معمولاً از راه آب آشامیدنی، بعضی از میوه ها (به، آلو، سبزیجات (جعفری، کاهو، سیر) و غذاهای دریایی (ماهی، میگو) و چای به بدن ما می رسد.
- فلوراید مورد نیاز برای سلامت دندان ها را می توان از راه های مختلف از قبیل خمیر دندان دارای فلوراید، دهانشویه سدیم فلوراید، ژل و وارنیش فلوراید تامین کرد.

وارنیش فلوراید چه ماده ای است؟

- وارنیش فلوراید ماده ای نیمه مایع، چسبنده و حاوی فلوراید است که در تماس با سطح دندان به تدریج فلوراید آزاد می کند. این ماده از سایر محصولات فلوراید موضعی غلیظ تر است. وارنیش فلوراید، پوسیدگی دندان ها را از 25 تا 75 درصد کاهش می دهد. بیش از 30 سال است که این ماده در جهان به عنوان یک ماده موثر جهت پیشگیری از پوسیدگی دندان استفاده می شود.

طریقه استفاده از وارنیش فلوراید در

کودکان چگونه است؟

- وارنیش دارای بسته بندی یکبار مصرف است.
- وارنیش فلوراید تراپی توسط افراد آموزش دیده انجام می شود.

- بعد از خشک کردن سطوح دندان ها، وارنیش فلوراید با برس مخصوص به صورت لایه ای نازک بر روی سطوح دندان ها مالیده می شود که بلافاصله در تماس با بزاق سفت می گردد.
- کاربرد آن ایمن، آسان، بدون درد و عارضه است و بدون نیاز به بی حسی موضعی و در یک جلسه انجام می شود.

آیا وارنیش فلوراید برای همه گروه های

سنی استفاده می شود؟

- وارنیش فلوراید محدودیت سنی ندارد و در کودکانی که دارای ریسک پوسیدگی متوسط یا بالا هستند با نظر دندانپزشک تعداد دفعات استفاده از آن برای کودک افزایش می یابد.
- به صورت معمول وارنیش فلوراید تراپی حداقل هر شش ماه یک بار برای کودک توصیه می گردد.
- به دلیل کاربرد ایمن و بی خطر و بدون عوارض وارنیش فلوراید می توان آن را در کودکان زیر 3 سال نیز استفاده نمود.



آنچه والدین در مورد وارنیش فلوراید باید بدانند



دفتر سلامت و تندرستی

معاونت تربیت بدنی و سلامت

وزارت آموزش و پرورش

- تا صبح روز بعد از مسواک و نخ دندان استفاده نگردد تا وارنیش به مدت طولانی تر در تماس با دندان ها باقی بماند و اثر بخشی آن بیشتر شود.

وارنیش فلوراید تراپی در چه مکانی و با چه شرایطی می تواند انجام شود؟

- خدمات وارنیش فلوراید تراپی در مهدهای کودک، مدارس، مراکز بهداشتی درمانی، پایگاه های سنجش و با شرایط زیر ارائه می گردد.
- وسایل یکبار مصرف معاینه دهان و دندان .
- وارنیش با برس یکبار مصرف
- آموزش قبل و بعد از وارنیش فلوراید تراپی .
- اخذ رضایت والدین .

منبع:

- کتاب سلامت دهان و دندان برای بهورزان
- کتاب دستورالعمل و راهنمای کشوری فلوراید تراپی (چاپ اول 1391)

مراقبت های قبل از وارنیش فلوراید تراپی چیست؟

- قبل از وارنیش فلوراید تراپی بهتر است کودک غذای کافی میل کرده باشد چرا که تا چند ساعت پس از وارنیش فلوراید تراپی نباید غذا بخورد.
- استفاده از مسواک و خمیردندان برای تمیز کردن دندانهای کودک قبل از وارنیش فلوراید تراپی کافی است و نیاز به روش های تمیز کردن حرفه ای دندانپزشکی نمی باشد.
- برای اطلاع به کودک قبل از وارنیش فلوراید تراپی آموزش داده می شود که مختصر تغییر رنگ دندان پس از استفاده از این ماده موقتی می باشد.

پس از وارنیش فلوراید تراپی به چه نکاتی باید توجه کرد؟

- کودک می تواند پس از فلوراید تراپی در صورت نیاز، آب بنوشد.
- کودک تا 2 تا 4 ساعت پس از فلوراید تراپی نباید چیزی بخورد.
- در همان روز وارنیش فلوراید تراپی بهتر است غذاهای نرم خورده شود.