

## دهانشویه

دهانشویه ها انواع مختلفی دارند. عامه مردم تصور میکنند که استفاده سرخود از دهانشویه ایرادی ندارند اما این تصور اشتباه میباشد و دهانشویه را فقط در مواردی مانند پوسیدگی شدید دندان، عفونت و عواملی مانند بوی بد دهان و فقط با تجویز دندانپزشک میتوان استفاده کرد.

## خمیر دندان

خمیر دندان ها انواع مختلفی دارند و میتوان از هر کدام آنها در موارد بخصوصی استفاده نمود.

به عنوان مثال از خمیر دندان های حاوی فلوراید بیشتر برای کاهش پوسیدگی و التهاب لثه کاربرد دارند. و افرادی که دندان هایشان جرم دارند بهتر از خمیر دندان هایی استفاده کنند که حاوی پیروفسفات باشند و خاصیت ضد جرم داشته باشند.



## دهان و دندان



دانشگاه علوم پزشکی

و خدمات بهداشتی درمانی لرستان

تهیه کننده: الهه یاراحمدی

کاری از کتابخانه دانشکده دندانپزشکی

لرستان



## مسواک

تجمع پلاک، زمینه ساز بسیاری از مشکلات و بیماری های لثه میباشد. ساده ترین راه برای پیشگیری از مبتلا به این بیماری ها، آشنایی با روش هایی است که منجر به بهبود سلامت دهان و دندان میشود.

دوروش برای ارتقای سلامت دهان و دندان وجود دارد که عبارتند از:

۱. روش های مکانیکی: مسواک زدن و نخ دندان

۲. روش شیمیایی: خمیر دندان و دهانشویه

اگر دندان ها را به روش درست و اصولی مسواک زده شوند، یک لایه مضر از پلاک از بین میرود. وجود این لایه روی دندان منجر به مشکلاتی از جمله، پوسیدگی دندان و بیماری های لثه میشود.

گاهها این پوسیدگی آنقدر حاد است که حتی ممکن است منجر به از دست دادن دندان شود

## نخ دندان

پلاک هایی مضر در سرتاسر دندان وجود دارند و مسواک به تنهایی نمیتواند این پلاک ها را از بین ببرد برای همین میتوان برای از بین بردن این پلاک ها در شیارهای بین دندان از نخ دندان استفاده کرد

