

فلوراید چیست؟

فلوراید یکی از عناصر معدنی موجود در طبیعت است که در آب و خاک و هوا یافت می شود.

فلوراید در طبیعت به حال آزاد وجود ندارد و در ترکیب با سایر عناصر دیده می شود

وقتی که فلوراید به صورت خوراکی یا موضعی و یا هردو مصرف شود مقاومت دندان را در مقابل پوسیدگی زیاد می کند. میزان موفقیت در انجام این عمل بستگی به سن دندانی کودک، غلظت، دوام و تعداد دفعات مصرف دارد. مطالعات نشان داده است که خواص ضدپوسیدگی فلوراید به روش های مختلفی اعمال می گردد.

۱ - افزایش مقاومت نسج دندان به پوسیدگی

۲ - کاهش پتانسیل پوسیدگی زای پلاک دندان

چگونه از فلوراید استفاده کنیم؟

به طور اساسی دو روش در معالجه با فلوراید وجود دارد:

۱ - روش سیستمیک (فلوراید موجود در مواد

غذایی و آب آشامیدنی)

۲ - روش موضعی (فلورایدی که بر روی دندان گذاشته می شود)

این دو روش را می توان به طور جداگانه یا با هم به کار برد.

به طور کلی مقدار فلورایدی که به بدن می رسد بستگی به این دارد که در چه منطقه ای زندگی می کنیم و چه نوع آب و غذایی مصرف می کنیم. روش سیستمیک:

1- **فلوراید آب آشامیدنی**: از نظر فواید حاصله از مصرف فلوراید برای سلامت دندانها و از نظر اطمینان و اقتصادی بودن نشان داده شده که مؤثرترین روش جلوگیری از پوسیدگی دندان مصرف فلوراید از طریق آب آشامیدنی می باشد و استفاده از آب مستلزم هیچ همکاری خاصی از جانب افراد مصرف کننده نمی باشد.

میزان بالاتر فلوراید آب، دندان ها را بد شکل می سازد و فلوراید آب اینگونه مناطق باید کم شود. در مناطقی که فلوراید آب کم است افراد باید فلوراید مکمل دریافت نمایند.

2- **فلوراید مکمل**: به شکل قرص و قطره می باشد و فقط برای کودکانی که غلظت فلوراید آب آشامیدنی

منطقه آنها کمتر از حد مجاز می باشد، با توجه به سن کودک، تحت نظر دندانپزشک تجویز می گردد.

روش موضعی

1) **درمان با فلوراید توسط دندانپزشک**

دندانپزشک محلول، ژل یا وارنیش های تغلیظ شده فلوراید را بر اساس ریسک و شدت پوسیدگی به کار می برد. درمان با فلوراید در افراد فاقد پوسیدگی یا دارای پوسیدگی خفیف هر 6 ماه یکبار انجام شده و در پوسیدگی های متوسط و شدید، فواصل مصرف آن کمتر می باشد. پس از درمان موضعی با فلوراید به مدت 20 دقیقه به کودک اجازه خوردن و نوشیدن نباید داده شود.

2) **فلورایدی که توسط خود بیمار استفاده می شود؛**

سه نوع از فرآورده های فلوراید، جهت مصرف در منزل در نظر گرفته شده است که عبارتند از: خمیردندان، دهان شویه و ژل های حاوی فلوراید

خمیردندان های حاوی فلوراید بی شک شایعترین و وسیع ترین روش استفاده از فلوراید موضعی می باشد. در کودکان به مقدار کم توصیه می شود به خصوص در

بسمه تعالی

عنوان:

اثرات سودمند فلوراید برای سلامتی دندانها

تهیه و تنظیم

باجر ملازم

باتشکر از همکاری استاد ارجمند

دکتر فرهاد فرزانه

دفتر پرستاری دانشکده دندانپزشکی

آبان ماه ۱۳۸۸

(فلوروزیس دندانی) که عامل اصلی آن مصرف آب آشامیدنی حاوی مقادیر بالای فلوراید از زمان تولد به بعد است. در شکل خفیف، لکه های کوچک سفید مات روی مینای دندان پدید می آید و در موارد شدید دندانها قهوه ای شده و در آنها حفره و فرورفتگی ایجاد می شود.

منابع:

«برگرفته از کتاب: اصول دندانپزشکی کودکان»

«مترجم: محمدجواد جوادزاده، 1384»

اینترنت

وزارت بهداشت و درمان

www.iranhealers.com

کودکان زیر 3 سال به علت بلع آن به مقدار کم تجویز می شود و فقط به اندازه یک نخود استفاده گردد.

مقدار خمیردندان لازم برای پوشاندن موهای مسواک 2 گرم است که میزان 2 میلی گرم فلوراید را فراهم می سازد.

دهان شویه های فلوراید: مصرف این دهان شویه ها در کودکان زیر 6 سال به علت عدم توانایی در کنترل بلع توصیه نمی شوند.

ژل و دهان شویه در افرادی که دارای حساسیت زیاد به پوسیدگی هستند توصیه می شود.

در بیشتر مطالعات، دهان شویه 0/2 درصد سدیم فلوراید به شکل هفتگی و 0/05 درصد سدیم فلوراید به صورت روزانه (قبل از خواب و پس از مسواک دندانها) تجویز می گردد.

عوارض جانبی فلوراید:

استفاده از میزان بالای فلوراید مشابه هر داروی دیگر عوارضی را در پی خواهد داشت (به ویژه در کودکان)

بلع فلوراید در مقادیر زیاد و به مدت طولانی باعث عوارضی نظیر لکه دار شدن سطح دندان ها، مشکلات استخوانی و در مسمومیت های حاد ایجاد تهوع، استفراغ، درد شکم می کند. در مسمومیت مزمن