

## بسمه تعالی

### دندان عقل

دندان های معروف به دندان عقل که از جمله آخرین دندانهای انسان هستند که در فک های بالایی و پائینی کامل می شوند عموماً با بروز مشکلاتی در افراد همراه هستند. اصولاً طبق تحقیقات انجام شده نسل بشر به علت تحلیل رفتن فک ها به مرور زمان دچار مشکلاتی برای جاگیری این دندانها شده است.

به گزارش خبرنگار سایت پزشکان بدون مرز ، بشر به علت مصرف غذاهای گرم و پخته و نرم به تدریج طی صدها و هزاران سال دچار تغییراتی در فک شده است و این به صورت کوچکتر شدن فک و کمبود جا برای رویش دندانهای عقل بروز کرده است.

دندان عقل به سومین دندان آسیاب بزرگ اطلاق می شود. این دندان کمی دیرتر از دندانهای دیگر رشد می کند و در سنین ۱۷ تا ۲۱ سالگی می روید. با رشد انسان و کوچک شدن فک، فضا برای رشد دندان عقل محدود شده و در نتیجه دندان عقل خود را به شکل نهفته و نیمه نهفته نشان می دهد.

تحقیقات انجام شده در زمینه دندانهای عقل نشان می دهد که این دندانها در بسیاری از موارد، مشکل ساز بوده و به جراحی ختم شده اند. دندانهای عقل بعد از پوسیدگی، موجب پوسیدگی دندانهای مجاور و عفونت در اطراف می شود و گاهی نیز با بستری شدن در بیمارستان و جراحی همراه است.

از طرفی دندان عقل با توجه به اینکه در آخرین ردیف دندانها رشد می کند و جای کمی برای رشد آن وجود دارد، به دندانهای مجاور فشار آورده و سبب کج قرار گرفتن دندانهای دیگر می شود.

همچنین این دندانها باعث بروز دردهایی در ناحیه مفصل فک، گوش، چشم و سر می شود و برای مقابله با پیدایش چنین دردهایی، بهتر است که دندانهای عقل توسط پزشک متخصص کشیده شود.

### دندانهای عقل نهفته

اگر فک متناسب با رویش دندان رشد کافی نداشته باشد و یا به عبارت دیگر با رشک فک جا برای رویش این دندان فراهم نگردد و یا جهت و مسیر رویش آنها غیرعادی باشد، قادر به رویش نبوده و در استخوان نهفته باقی می ماند. دندانپزشکان با معاینه داخل دهان و با کمک رادیوگرافی وجود دندانهای عقل نهفته را تشخیص می دهند.

### دندان عقل نهفته اگر درآورده نشود چه عوارضی دارد ؟

دندانهای نهفته مشکلات عدیده ای را می توانند در آینده ایجاد نمایند :

۱- عفونت لته ؛ لته پوشاننده دندان نهفته ای که تعدادی از آن به محیط دهان باز شده بطور مکرر دچار عفونت و التهاب شده و دردناک می شود .

۲ - عفونت استخوان

۳ - آبسه و سلولیت : اگر عفونت لثه درمان نشود به استخوان رسیده و باعث تخریب دندان و استخوان می گردد . اگر عفونت از استخوان بگذرد و به بافتهای نرم گونه ، گردن ، حلق و زیرزبان سرایت کند ایجاد آبسه و یا تورم منتشر بافت نرم را که سلولیت نامیده می شود میکند که توأم با درد ، تب ، تورم ، قرمزی و مشکل در باز کردن دهان خواهد بود .

۴ - صدمه به دندان مجاور : دندان نهفته با فشار بر ریشه دندان مجاور ممکن است باعث تحلیل ریشه آن شود .

۵ - ایجاد کیست ؛ کیسه نارنجی تاج دندان رویش نیافته را در استخوان فک دربر گرفته است که بعد از رویش دندان به داخل حفره دهان از بین می رود . اگر دندان رویش نیابد ممکن است بزرگ شدن و تبدیل به کیست گردد . کیست ها تدریجاً بزرگ شده و سبب تخریب و تضعیف استخوان و مشکلات بعدی می گردند .

۶ - درد ؛ یک دندان عقل نهفته می تواند ایجاد دردهای با علت نامشخص و منتشر به نواحی سروگردن نماید .

۷ - حرکت دندانی : اعتقادی وجود دارد که ممکن است فشار ناشی از این دندانها سبب بی نظمی در ردیف دندانها شود که از نظر علمی ثابت شده نمی باشد .

### **درآوردن دندانهای عقل در سنین سالمندی ممکن است این مشکلات را به همراه داشته باشد:**

با افزایش سن ریشهها قهقورتر شده و ممکن است کشیدن دندان را سخت تر کند، التیام ضعیف تر بعد از کشیدن دندان، پوسیدگی دندانهای مجاور، احتمال فک جوش شدن دندان، احتمال شکسته شدن استخوان در افراد پیر در حین جراحی و درآوردن دندان، کاهش تحمل بیمار به دلیل شرایط سنی و درمانهای پزشکی از قبیل مصرف داروهای قلبی، ریوی و ... .

توجه کنید که اگر این دندان تصمیم به رویش و قرار گرفتن در محیط دهان را داشته باشد، پیش از این که شما تولد ۲۰ سالگی را جشن بگیرید، سر و کله اش در دهانتان پیدا می شود. بنابراین اگر تا این سن خبری از دندان عقلتان نشده است، باید به فکر جراحی آن و خارج کردنش باشید.

اگر سن شما از ۴۰ سالگی گذشته است و هیچ مشکلی با دندان عقلتان ندارید، بهتر است دیگر به فکر خارج کردن آن نباشید، چون بعید به نظر می رسد بعد از این نیز دچار بیماریهای لثه، پوسیدگی و یا تغییرات کیستیک در اطراف این دندان شوید. فقط کافی است هر ۱ یا ۲ سال یکبار، یک عکس رادیوگرافی از دندانتان تهیه کنید تا مطمئن شوید هیچ عارضه جانبی وجود ندارد.

### **ردپای عفونت دور دندان عقل**

گاهی در پشت دندان عقلتان، یک تکه از مخاط قرار دارد که گاهی روی سطح دندان عقل را می پوشاند که با فشار دندانهای بالا زخمی می شود. گاهی هم مواد غذایی زیر این گوشت اضافی گیر می کند و میکروبها هم به این محل هجوم می برند، بنابراین چیزی نمی گذرد که در اطراف دندان عقلتان یک عفونت دردناک و بدبو ایجاد می شود.

در این شرایط شما باید به دندان پزشک مراجعه کنید تا زیر این بافت اضافی را شستشو داده و باقیمانده مواد غذایی را پاک کند، ولی برای این که پس از این دیگر با این مشکل روبه رو نشوید، باید با جراحی دندان عقل و خارج کردن آن، این محل تجمع خردههای غذایی و میکروبها را برای همیشه از بین ببرید.

## وقتی دندان عقل راهش را تم می‌کند

گاهی دندان عقل شما کاملاً به صورت افقی در استخوان فک قرار گرفته است و به جای این‌که عمودی بالا بیاید به سمت جلو، حرکت می‌کند. در این شرایط ریشه دندان آسیای دوم را قربانی حرکت نادرست خود می‌کند.

اگر شما در این شرایط برای جراحی دندان عقل تان اقدام نکنید، پس از مدتی ریشه دندان آسیای دومتان تحلیل می‌رود و باید ریشه این دندانان را نیز درمان کنید. بنابراین با گرفتن یک عکس رادیوگرافی، از رویش صحیح دندان عقلتان مطمئن شوید.

## عقل فدای ارتودنسی

گاهی ممکن است شما فضای کمی برای حرکت دادن دندان‌ها و مرتب کردنشان داشته باشید. در این شرایط گاهی متخصص ارتودنسی قبل از شروع درمان ارتودنسی به شما توصیه می‌کند دندان عقل تان را با جراحی از دهان خارج کنید؛ به‌ویژه هنگامی که لازم است برای مرتب کردن دندان‌هایتان، دندان‌های آسیاب را عقب بکشید.

همچنین گاهی شما دندان‌هایتان را ارتودنسی می‌کنید و همه دندان‌ها پس از خاتمه مدت درمان مرتب می‌شوند، ولی هنوز مقداری شلوعی در دندان‌های جلوی فک پایین باقی است. در این مورد نیز ممکن است دندان پزشکتان به شما توصیه کند که دندان عقلتان را جراحی کنید تا این بی‌نظمی اندک باقی‌مانده نیز برطرف شود.

در صورتیکه این دندانها با مشکل مواجه شوند یکی از اقدامات لازم برای درمان آنها جراحی و در آوردن آنهاست. بهترین سن برای انجام این عمل قبل از ۲۰ سالگی است. چرا که عوارض و درد کمتری ناشی از آن وجود دارد.

اگر سنین بالای ۴۰ سال اقدام به این عمل بشود احتمال عوارض و مشکلات زیادتر است. در این سنین اگر عوارضی وجود نداشته باشد و دندان دچار مشکلاتی مثل عفونت و آبسه و یا تغییرات دیگر نشود نیازی به خروج پیشگیرانه آنها با استفاده از عمل جراحی نیست.

لته در اطراف این دندان نیز گاه با مشکلات خاصی روبرو می‌شود. احتمال عفونت و آبسه در آن زیاد است. در این شرایط باید به دندانپزشک مراجعه کنید تا با اقدامات خاصی آن را از وضعیت فعلی خارج کند.

پس از عمل جراحی نیز احتمال خونریزی زیاد است و باید یک عدد گاز را حدود نیم ساعت درون دهانتان نگه دارید. حداقل ۳ تا ۴ ساعت نیز نباید صحبت کنید.

به گزارش خبرنگار سایت پزشکان بدون مرز، سیگار کشیدن احتمال خونریزی از محل را زیاد می‌کند. ۱۲ ساعت بعد از کشیدن دندان، سیگار نکشید تا خونریزی اتفاق نیفتد. برای خوردن مایعات نیز تا ۱۲ ساعت از نی استفاده نکنید. انجام ورزش و فعالیت نیز تا فردای روز عمل جراحی ممنوع است.

زیر سرتان را شب پس از جراحی بالا نگه دارید و بالش مناسب استفاده کنید. برای مثال از ۲ بالش برای خواب استفاده کنید.

مقداری یخ درون پارچه قرار دهید تا تورم ناشی از عمل کم شود و روز اول بعد از عمل استفاده کنید.

دندان پزشک از شما می‌خواهد، پس از کشیدن (خارج کردن) یا جراحی دندان عقل تان یک عدد گاز مرطوب را حدود نیم ساعت در این محل و درون دهانتان نگه دارید، به این ترتیب شما به خودتان کمک خواهید کرد که زودتر خونریزی از محل جراحی قطع شود و با تشکیل لخته در محل جراحی، خونریزی متوقف شود. حداقل ۳ تا ۴ ساعت نباید صحبت کنید.

توجه کنید شما ممکن است تا فردای روز جراحی، مقداری خون در دهانتان ترشح شود که کاملاً طبیعی است. در این موارد یک تکه گاز استریل کوچک را در محل جراحی قرار دهید.

شما نباید از نی برای نوشیدن نوشابه استفاده کنید.

اگر خون در دهانتان جمع شده است نباید آن را بیرون تف کنید، بلکه باید تلاش کنید بزاق تان را به‌جای تف کردن، بلعید. کشیدن دندان یا ورزش کردن تا فردای روز جراحی ممنوع است، چون افزایش گردش خون باعث خونریزی مجدد از محل جراحی می‌شود.

گاهی شب پس از جراحی، هنگام خواب مشاهده می‌کنید بالشتان خونی است. نشت مقداری خون طبیعی است، نگران نباشید. تلاش کنید زیر سرتان را در شب پس از جراحی، بالاتر از حالت عادی نگه دارید. برای این کار می‌توانید ۲ عدد بالش زیر سرتان بگذارید.

روز دوم نیازی نیست ولی روز سوم کمپرس صورت با پارچه گرم و مرطوب مفید است.

تمیز نگه داشتن دندان‌ها و دهان منجر به التیام زخم جراحی می‌شود. بنابراین فردای روز جراحی دست به‌کار شوید. نصف قاشق جایخوری نمک را در یک لیوان آب ولرم بریزید و روزی ۳ مرتبه دهانتان را با آن شستشو دهید.

شما می‌توانید در روز سوم و یا چهارم پس از جراحی، مسواک زدن و نخ کشیدن دندان‌هایتان را از سر بگیرید. دقت کنید هنگام مسواک زدن دندان‌های مجاور ناحیه جراحی، موجب کنده شدن لخته تشکیل شده نشوید، چرا که در این صورت دوباره درد و خونریزی شروع خواهد شد.

### درآوردن دیرتر دندانهای عقل تا سنین بالاتر و سالمندی چه مشکلاتی دارد ؟

موکول نمودن درآوردن دندانهای عقل به سنین سالمندی ممکن است مشکلات ذیل را به همراه داشته باشد :

- با افزایش سن ریشه‌ها قوی‌تر شده و ممکن است کشیدن دندان را سخت‌تر کند .
- التیام ضعیف‌تر بعد از کشیدن دندان
- پوسیدگی دندانهای مجاور
- احتمال فک جوش شدن دندان
- احتمال شکسته شدن استخوان در افراد پیر در حین جراحی و درآوردن دندان
- کاهش تحمل بیمار به دلیل شرایط سنی و درمانهای پزشکی از قبیل مصرف داروهای قلبی ، ربوی و ...