

## بسمه تعالی

### سیگار و سلامت دهان و دندان

#### مصرف دخانیات چگونه بر روی بافتهای دهان و دندان اثر می گذارد ؟

غالب مردم از مضرات سیگار برای سلامتی بدن آگاهند و می دانند که مصرف دخانیات باعث بیماریهای متعددی بر روی انساج بدن می شود و حتی ممکن است منجر به مرگ شخص نیز گردد. ولیکن اثرات مخرب سیگار بر روی سلامتی بافت دهان و دندان را باور ندارند و یا نسبت به آن ناآگاهند.

مصرف دخانیات باعث بد رنگ شدن دندانها، بیماریهای لثه و دندان و لقی دندانها می گردد. و در موارد حاد منجر به سرطان دهان می شود.

#### چرا دندانها در اثر مصرف سیگار زنگ می گیرند ؟

یکی از عوارض مصرف دخانیات زنگ گرفتگی دندانهاست که به علت نیکوتین و تار موجود در آن می باشد. در کوتاه مدت دندانها به رنگ زرد در می آیند و در مصرف طولانی مدت آن دندانها تقریباً قهوه ای رنگ می شوند.

#### سیگار چگونه بر روی لثه و دندانها اثر می گذارد ؟

سیگارها استعداد بیشتری جهت تشکیل پلاک باکتریایی اطراف دندانهایشان دارند که این خود باعث بیماری لثه می شود و علاوه بر آن به علت کمبود انتقال اکسیژن در عروق خونی افراد سیگاری روند ترمیم بافتی لثه ها نیز در این افراد دچار مشکل می شود. با وجود این مشکلات روند تخریب بافتهای نگهدارنده دندان در افراد سیگاری سیر سریعتری نسبت به سایرین دارد که در نهایت این تخریب منجر به لق شدن دندان و از دست رفتن آن می شود.

#### چگونه سیگار کشیدن با سرطان ارتباط پیدا می کند ؟

غالب مردم نسبت به این مساله که سیگار عامل سرطان ریه و مجاری تنفسی است آگاهند اما از اینکه عامل اصلی سرطان های دهان نیز می باشد بی اطلاعند. در سال هزاران نفر به علت سرطان های دهان ناشی از مصرف دخانیات جان خود را از دست می دهند.

#### آیا برای سیگاری ها فمیردندانهای فامی هست ؟

خمیردندانهای مخصوص جهت این افراد ساخته شده که حاوی مواد ساینده بیشتری نسبت به خمیردندانهای معمولی است. اما استفاده از آنها بایستی محدود و تحت نظر و به توصیه دندانپزشک صورت گیرد. خمیر دندانهای سفید کننده با مارکها و ترکیبات متنوعی در بازار موجود است اما بایستی توجه داشت که اینها امکان تغییر رنگ طبیعی دندان را نداشته و تنها می توانند زنگ دندان را تا حدودی برطرف نموده و ظاهر آن را بهبود بخشند.

#### دهانشویه چیست ؟

سیگارها به علت بوی بد دهان رغبت بیشتری به استفاده از انواع خشبو کننده آن نشان می دهند اما این دهانشویه ها با ایجاد بو و مزه مطبوع برای شخص سیگاری مشکل اصلی را پنهان می کنند.

## هر چند وقت یکبار بایستی به دندانپزشک مراجعه نمایند ؟

معاینات دوره ای برای تمامی افراد الزامی است چرا که با انجام این معاینات پیش از آنکه وضعیت دهان و دندان به مرحله بحرانی برسد اقدام به درمان کرده و از گسترش بیماری جلوگیری می شود. سیگارپها بعلت بیشتر در معرض بودن بایستی هر شش ماه یکبار اقدام به معاینات دوره ای نموده و به دلیل زنگ گرفتگی دندانهایشان را جرمگیری و پالیش نمایند.

## در معاینات دوره ای، دندانپزشک چه می کند ؟

دندانپزشک علاوه بر لثه و دندانها سلامت بافتهای مخاطی لب ها، گونه ها و زبان را چک می نماید تا در صورت تغییر بدخیمی اقدامات لازم را صورت دهد. ارتباط مداوم و دوره ای با دندانپزشک مانع از گسترش غیرقابل برگشت بیماریهای دهان و دندان می گردد.