

تسوس الأسنان عند الأطفال

من المعروف أن تسوس أسنان الأطفال هو مرض شائع، ولكن كثيرين يعتقدون أن هذه المشكلة لا تهدد الأطفال الصغار والرضع، ويعتقد البعض أن تسوس الأسنان اللبنية غير مهم بما أن هذه الأسنان مؤقتة، لكن الحقيقة أن تسوس أسنان الطفل يؤدي لصعوبات في التغذية نتيجة عدم القدرة على المضغ الجيد، كما أنه قد يؤدي لاضطراب في نطق بعض الحروف.

ما هو مرض تسوس الأسنان؟

هو مرض يتميز بنخر شديد في الأسنان بسبب عدوى جرثومية بجراثيم تدعى بـ "العقدية الطافرة"، وهو مرض ينتشر بكثرة بين الأطفال، إذ قد يصيب ٧٠% منهم في بعض الأوقات، وهو مرض معدٍ وسارٍ، وعادة ما تنتقل الجراثيم المسببة إلى الطفل من المربي الأول له والذي لديه نخور والتهابات سنية غير معالجة، كما أن للعنصر الوراثي دوراً مهماً جداً في ظهور تسوس الأسنان لدى الأطفال .

ما أسباب تسوس أسنان الأطفال؟

هنالك ثلاثة عوامل يجب توافرها لحدوث التسوس، الأول هو الجراثيم التي تكون موجودة في الفم وفوق أسطح الأسنان، والتي قد تصل إلى فم الطفل من الأم عند أول قبلة.

والعامل الثاني هو السكريات، فالجراثيم تحتاج للسكريات لكي تتغذى وتتكاثر منتجة أحماضاً قوية تقوم بالتغلغل في طبقات السن مسببة طرد الكالسيوم والفوسفات مما يضعف بنية السن ويؤدي إلى تكوين حفرة في المنطقة المتأثرة.

أما العامل الثالث فهو وجود السن نفسه، فلا تسوس من دون وجود أسنان في الفم، ومنذ بدء ظهور أسنان الرضيع، تقريباً عند الشهر السادس، تصبح معرضة للتسوس.

ويؤدي القيام بالممارسات الغذائية السيئة (ترك السوائل السكرية في فم الطفل لفترة طويلة، وبشكل متكرر) دون اتباع التدابير الوقائية اللازمة إلى أنماط مختلفة من تسوس الأسنان لدى الرضع، والأطفال الصغار.

فرضاعة الطفل ليلاً بشكل متكرر من زجاجة الحليب، ونومه بعد الرضاعة، كل ذلك يؤدي إلى تسوس الأسنان، والذي عادة ما يعرف باسم "نخر الأسنان الناتج عن زجاجة الإرضاع"، فعندما ينام الرضيع فإن لسانه يحجز آخر رشفة من الحليب ويبقيها في الفم، مما يعني نقع الأسنان بالحليب الغني بالسكر طوال فترة قد تمتد لساعات، وهذا يؤدي إلى حدوث التسوس في جميع الأسنان باستثناء الأسنان السفلية الأمامية، فوضعية اللسان تحميها من الحليب وتشكل أشبه ما يكون بمظلة واقية.

كذلك فإن الاستخدام المتكرر لأكواب الرضاعة التدريجية تسبب الإصابة بهذا النوع من التسوس.

وعادة مص الليمون والحمضيات، والإسراف في شرب المياه الغازية تؤدي إلى التسوس.

كذلك شرب العصائر بالمصاصات، فهذا يطيل من فترة وجود العصير حول الأسنان، ويؤدي إلى التسوس.

والإكثار من تناول الطفل للحلويات والبسكويت والشوكولا بين وجبات الطعام يؤدي إلى التسوس أيضاً.

وتزيد قابلية تسوس الأسنان في بعض الحالات: ضعف الجسم العام، والتغذية غير المتوازنة ونقص الحديد والكالسيوم والفوسفور، وعدم الاعتناء بنظافة أسنان الطفل وترك فتات الأطعمة بينها، وتعرض الطفل لتسوس الأسنان وهو رضيع أو في عمر صغير يزيد قابلية تنالي تسوس الأسنان اللبنية و الأسنان الدائمة في المستقبل، وأخيراً فإن للعامل الوراثي دوراً كما أسلفنا.

ما أعراض تسوس أسنان الأطفال؟

يبدأ تسوس الأسنان دون ألم، فلا يشعر به الطفل أو الأم إلا في المراحل المتقدمة، ويبدأ التسوس بالظهور كبقع بيضاء على الأسنان، تصبح بنية في مرحلة لاحقة، وتتحول إلى حفر في الأسنان، ومع تقدم الحالة قد يتأثر لب السن، ويؤدي المرض إلى تكوّن خراجات صغيرة في جذر السن أو اللثة تسبب ألماً مزعجة، وتصبح رائحة فم الطفل كريهة، وقد تبدأ صحة الطفل بالتدهور نتيجة إصابته بفقدان الشهية واضطرابات هضمية، وأحياناً يمتد الالتهاب إلى عظم الفك فيتورم وترتفع الحرارة.

كيف يتم علاج تسوس الأسنان؟

العلاج هو ما يراه طبيب الأسنان مناسباً، ويكون أحد ثلاثة خيارات:

للفجوات الصغيرة، يجري الطبيب تنظيفاً للأسنان ويزيل الترسبات ويضع حشوة دائمة من مادة معدنية. للتسوس الشديد والفجوات الأكبر، أو عندما يكون التسوس قد أثر على طبقة العاج، فإن العلاج الأكثر شيوعاً هو حفر الأسنان للتخلص من التلف والتسوس ثم حشوها بمركب طبي.

عندما يكون التسوس قد أثر على عصب السن فإن تنظيف القناة الجذرية يصبح ضرورة لإزالة التسوس والعدوى.

ما هي التوصيات للوقاية من تسوس الأسنان؟

إن الحفاظ على صحة أسنان الأطفال اللبينية هو المفتاح لصحة الأسنان الدائمة، لأن أي إصابة في جذورها تسبب بيئة غير ملائمة لظهور الأسنان الدائمة، فالأسنان اللبينية تحفظ مكان الأسنان الدائمة بالفكين، فإذا فقد سن من الأسنان اللبينية بسبب التسوس فمن الممكن أن يظهر السن الدائم مائلاً بزواية تسبب ازدحام وتراكب الأسنان الدائمة.

يمنع غمس مصاصة الطفل في القدر أو العسل وإعطائها له، كما أن استعمال المصاصة بحد ذاته قد يتسبب في تطور مشاكل تقويمية في الأسنان والإطباق (كحدوث عضة مفتوحة فلا يعود الطفل قادراً على إغلاق أسنانه الأمامية).

يمنع إرضاع الطفل وهو نائم، فيجب رفع الطفل عن ثدي الأم حال نومه، وإذا كان يتغذى من الرضاعة فيجب سحبها من فمه حال استغراقه في النوم.

يجب تجنب إعطاء قنينة الشراب المحلى للرضيع أثناء أو قبل النوم، علماً أن كل شراب غير الماء يعتبر مشروباً محلى، وإذا كان من الضروري إعطاء الطفل زجاجة الرضاعة لكي ينام فيفضل ملء هذه الزجاجة بالماء المغلي فقط.

يجب على الأم أن تبدأ بتنظيف أسنان طفلها منذ اليوم الأول لظهور السن، وأن تعودها على القيام بذلك لوحده مستقبلاً.

يجب تجنب التواصل المعدي مع الطفل، كتقبيله من الزوار وإطعامه من قبلهم، وعلى الأب والأم العناية بنظافة أفواههم، فكل ذلك يخفف من احتمالية انتقال العدوى للأطفال.

ينصح بإجراء أول فحص أسنان للطفل بعمر سنة، ويقوم الطبيب بفحص التطور السليم للأسنان وتقديم المشورة للأهل حول كيفية منع ظهور تسوس الأسنان والتهاب اللثة، وبعد ذلك من المهم زيارة طبيب الأسنان كل ستة أشهر، ويقوم الطبيب بالعلاج الوقائي عن طريق حشو الثقوب والشقوق لمنع تطور التسوس فيها.

يجب تحديد كمية الحلويات والأكل والشرب المحلى خلال النهار، وتقليل "النقارش" بين الوجبات وخاصة المأكولات الغنية بالكربوهيدرات (التي تتحول إلى سكريات)، والتركيز على الأغذية الصحية كالحبوب والحبوب والسمسم والخضراوات الورقية الخضراء واللحوم والأطعمة الغنية بالحديد، والفيتامينات مثل فيتامين A الضروري في تكوين طبقة المينا وفيتامين C المهم في تكوين طبقة العاج وعنصري الكالسيوم والفسفور وفيتامين D لأهميتهم في عملية تكلس الأسنان.

ما التوقيت والطريقة الصحيحان لتنظيف الأسنان؟

يجب البدء بتنظيف أسنان الطفل منذ بداية ظهورها، وذلك باستخدام قطعة قماش أو شاش رطبة لفرك أسنان الطفل ولنته لإزالة اللويحة الجرثومية (البلاك)، ويتم ذلك بلف قطعة الشاش على إصبع السبابة وفرك اللثة والأسنان برفق.

وبعد عمر السنة تبدأ الأم بتنظيف أسنان الطفل باستعمال فرشاة صغيرة ناعمة والماء فقط، وبمعدل مرتين إلى ثلاث مرات في اليوم، وذلك حتى يبلغ الطفل عمر السنتين.

عند عمر السنتين تبدأ الأم باستخدام كمية قليلة من معجون الأسنان المحتوي على الفلور (الفلورايد ينتمي إلى فئة المعادن الصغيرة الضرورية لصحة الإنسان، واستخدام الفلورايد بأشكاله المختلفة يعتبر العامل الأهم للوقاية من تسوس الأسنان، كما أن الفلورايد يحسن قدرة الأسنان على تحمل الأحماض) عبر وضع كمية صغيرة بحجم حبة البازلاء على الفرشاة، وتنظف أسنان الطفل مرتين يوميًا، صباحًا بعد وجبة الإفطار، ومساءً قبل النوم، كما يجب التأكد من بصق الطفل للمعجون وعدم بلعه.

في عمر ست سنوات تقريبًا يمكن للطفل أن يفرك أسنانه بشكل مستقل، ولكن على الأهل مواصلة تشجيعه ومراقبة عملية الفك وتيرتها، وبذلك يمكن تعليم الطفل عادات تنظيف الأسنان الصحيحة على المدى الطويل.

يجب استعمال الخيط الطبي لتنظيف المناطق بين الأسنان والتي لا تستطيع الفرشاة الوصول إليها.