



إدارة طب الأسنان



الأسبوع الخليجي الموحد  
لتعزيز صحة الفم والأسنان



وزارة الصحة



العناية الفموية في

السنوات الذهبية والماسية

إن التقدم بالعمر في حد ذاته ليس سبباً لأغلب المشاكل الفموية، لكن عدم العناية في المراحل العمرية المبكرة بالإضافة إلى الحالات الصحية المصاحبة للتقدم بالعمر مثل التهاب المفاصل الذي قد يجعل من تفرش الأسنان واستخدام الخيط عملاً صعباً وأيضاً ضعف المناعة وتناول الأدوية قد تؤثر على سلامة أنسجة الفم.

اتباع العادات الصحية السليمة من الصغر وتفقد الأسنان واللثة وأنسجة الفم والحرص على زيارة طبيب الأسنان، يساعد الجميع على الإحتفاظ بصحة فموية جيدة في سنوات العمر الذهبية والماسية.



إدارة طب الأسنان

2015

twitter:@ s\_oral\_health  
www.smile-mohkw.com

## • أطعم الأسنان والتركيبات



ليعلم من يستخدم التركيبات السنية ومن يقوم على رعاية مسن، أن الأسنان الصناعية سواء الثابت منها أو المتحرك يحتاج إلى العناية والتنظيف تماماً مثل الأسنان الطبيعية، لذلك يجب

الحرص على تنظيف التيجان والجسور ضمن عملية تنظيف الأسنان الطبيعية، وكذلك تنظيف أطعم الأسنان المتحركة باستخدام منظفات طبية خاصة والمحافظة عليها من الكسر أو الجفاف ومراجعة طبيب الأسنان عند الشعور بعدم ثبات الطقم أو إذا كان هناك أي شكوى منه.

**"راجع مطوية العناية بأطعم الأسنان المتحركة"**

## • سرطان الفم

الفحص الطبي الدوري من العادات الصحية التي توصي بها الكثير من الهيئات العالمية مثل منظمة الصحة العالمية ومركز السيطرة على الأمراض وغيرها من الهيئات وذلك للتشخيص المبكر لسرطان الثدي وعنق الرحم والبروستاتا... وكذلك سرطان الفم إن وجد، خاصة لمن أعمارهم فوق (40 عاماً). لذلك فمن الضروري الحرص على الفحص الدوري حتى لمن فقد أسنانه الطبيعية لأن إكتشاف هذا المرض مبكراً سيحسن فرصة العلاج.

## • التهاب اللثة

هذا المصطلح يحمل وراءه معنى أكبر مما توحي به الكلمة لأن الحالة الصحية قد تتضمن أكثر من التهاب نسيج اللثة الوريدي المحيط بالأسنان بل يمتد الالتهاب إلى عظم الفك وإلى الأربطة التي تثبت الأسنان مما يؤدي إلى تقلل الأسنان وفقدانها ويحدث هذا نتيجة لتراكم البلاك على حواف اللثة وحول الأسنان حيث تفرز البكتيريا الأحماض والسموم التي تهاجم وتدمر أنسجة اللثة والعظم، ويزداد أثر هذا الإلتهاب بطول بقاء البلاك على الأسنان.

لذلك فإن تفرش الأسنان واستخدام الخيط وزيارة طبيب الأسنان بانتظام سيساعد على الوقاية من التهاب اللثة عن طريق التخلص من هذه الطبقة المؤذية التي تتكون بمعدل أسرع لدى المسنين.



## • تسوس الأسنان

هناك إعتقاد خاطئ لدى الكثيرون بأن تسوس الأسنان يصيب الأطفال والبالغين فقط، والواقع أن تسوس الأسنان من المشاكل الشائعة لدى المسنين حيث أن (9 / 10) من المسنين ممن يحتفظون بأسنانهم لديهم تسوس أسنان خاصة في جذور الأسنان .

لذلك يجب على جميع الأفراد في مختلف الأعمار الالتزام بإرشادات الوقاية من تسوس الأسنان من خلال الإقلال من السكريات والنشويات والمواظبة على تفرش الأسنان بالطريقة الصحيحة التي تحافظ على اللثة وتمنع انكشاف الجذور.

## • جفاف الفم

يعاني البعض من قلة إفراز اللعاب إما نتيجة لحالات صحية أو كأثار جانبية لأحد الأدوية أو العلاج بالإشعاع وهذا يؤدي إلى صعوبة البلع والكلام وحتى تذوق الطعام مما يسبب إحساس شديد بعدم الراحة وقد يكون علاج هذه المشكلة بسيط إذا تحدث المريض مع طبيبه فيمكن استبدال الدواء بأخر أو اتباع بعض النصائح التي تعين على التغلب على هذه الحالة.

” من الطبيعي أن تتميز كل مرحلة من عمر الإنسان بصفات واحتياجات خاصة فيما يتعلق بالصحة عامة وبصحة الفم والأسنان خاصة.

ومن هذه المراحل بلوغ الكبر، فالتقدم بالعمر عملية طبيعية في حياة الإنسان، يصاحبها تغيرات فسيولوجية وغير فسيولوجية نتيجة لحالات صحية أو لإجراءات علاجية دوائية أو غير دوائية.“

وفي هذه الأسطر سنتناول بعض تحديات صحة الفم والأسنان في السنوات الذهبية والماضية من العمر.