

ÇOCUĞUMUN DIŞLERİNİ NASIL VE NE ZAMANDAN İTİBAREN FIRÇALAMALIYIM?



- ✓ Bebeğinizde ilk dişin sürmesinden itibaren beslenmeyi takiben, steril gazlı bir bezi nemlendirerek dişleri, damakları hafifçe temizlenmelidir.
- ✓ 8 ay 2 yaş arası anneler işaret parmaklarına yerleştirdikleri silikon parmak fırçalar ile dişlerin üzerindeki artıkları kolaylıkla temizleyebilir.
- ✓ 2 yaşına kadar **sadece suyla** temizlik önerilir.
- ✓ 3 yaşından sonra ise fırçalama **fluorid oranı düşük çocuk diş macunları** ile ebeveyn kontrolünde sabah ve akşam olmak üzere **günde iki kere** yapılmalıdır.
- ✓ Diş fırçalama hareketi dişetinden dişe (pembe kısımdan beyaz kısma doğru) yuvarlak hareketlerle veya süpürerek yapılmalıdır. Çiğneme yüzeyleri ve dişlerin iç kısımları da fırçalanırken ihmal edilmemelidir.

Erken yaşta kazanılan diş fırçalama alışkanlığı, kalıcı bir eyleme dönüşür.



FLUORİD UYGULAMALARI



- ✓ Günümüzde diş yapısını güçlendirmede ve çürümelerini önlemede etkinliği en çok bilinen madde "fluorür" bileşikleridir. Fluorid uygulamaları jel ve vernik şeklinde olup, çocuk diş hekimleri tarafından **4-6 ayda** bir tekrarlanır. Çocuklar için çeşitli aromalarda (çilek, portakal, nane, çikolata vb) olan bu jellerle yapılan uygulama son derece rahat, basit ve ağrısızdır. Fluoridin başka bir kullanım alanı da floridli gargaralar ve floridli diş macunlarıdır.
- ✓ Uygulama sonrası 1 saat süresince herhangi bir şey yememek gerekir. Bu süre ne kadar çok uzatılırsa fluoridin diş minesini üzerindeki etkinliği ve kalıcılığı o kadar fazla olur. 6 saat boyunca dişler fırçalanmaz, o gün süt ve süt ürünleri tüketilmez.

FİSSÜR ÖRTÜCÜ UYGULAMASI



- ✓ Azı dişlerinin çiğneyici yüzeylerinin üzerindeki ince girintilerin akışkan bir madde ile doldurulup, dişlerin daha kolay temizlenebilecek bir hale getirilmesi işlemidir.
- ✓ Genellikle bu bölgeler yemek artıklarının girip burada sıkışıp temizlenememesi nedeniyle çürüklerin başlamış olduğu yerlerdir. Koruyucu diş hekimliği dediğimiz bu yöntem ile çürük oluşumunun önüne geçebilmekteyiz.

ÇÜRÜK NEDİR, DIŞLER NEDEN ÇÜRÜR?



- ✓ Dişler fırçalanmadığında dişin üzerinde plak adı verilen bir tabaka oluşur. Bu tabaka içerisinde çok sayıda bakteri barındırır. Bu bakteriler zamanla ağız içindeki diğer besinleri de kullanarak asit üretir ve bu asit dişlerin çürümmesine neden olur.
- ✓ Bakteriler anneden/bakıcıdan çocuğa bulaşabilir. Bu nedenle çocuğun biberonu veya mama kaşığı annenin/bakıcının kendi ağzında soğutması, tadına bakması anne/bakıcının ağzındaki bakterilerin çocuğa bulaşmasına sebep olur ve çürük riskini artırır.
- ✓ Emzik veya biberonların bal, reçel gibi gıdalara batırılıp verilmesi de çürük oluşmasına sebep olur.

Süt dişleri nasıl olsa düşecek diye düşünülerek tedaviden kaçmak, ihmal etmek yanlış bir davranış şeklidir.

Süt dişlerinin daimi dişler sürene kadar çiğneme, konuşma, estetik, çenelerin büyümesini destekleme gibi görevleri vardır. Bunların sürdürülmesi için süt dişlerine gereken önemin verilmesi şarttır. Ayrıca çürük sebebiyle oluşacak ağrı, çocuğun sosyal hayatını kötü etkileyecek, beslenmeyi zorlaştıracak, estetik olarak da kötü bir görüntü oluşturacaktır.

ERKEN ÇOCUKLUK ÇÜRÜĞÜ NEDİR?



- ✓ Biberon veya anne sütünün uzun süre ve özellikle geceleri verilmesi sonucu oluşur. İlk dişler sürerken karbonhidrattan (serbest şeker) zengin sıvılar ile beslenme de 2 yaşından önce şiddetli diş çürüğüne neden olur. Şiddetli durumlarda dişler zayıflayıp kırılabilir, diş apseleri oluşabilir.
- ✓ Önlemek için biberon kullanımı en geç 1 yaşında bırakılmalıdır. Anne sütü veya biberon kullanımından sonra dişler mutlaka temiz bir tülbent yardımıyla temizlenmeli ve su içirilmelidir.

DİŞ ENFEKSİYONU BELİRTİLERİ NELERDİR?



- ✓ Diş dokusu çürük veya travma gibi sebeplerle canlılığını kaybettiğinde dişte ağrı ve dişetinde şişlikle kendini gösteren apse meydana gelebilir. Dişte renk değişikliği, sallanmasının artması, şişlik ve ağrı diş enfeksiyonunun göstergesidir. Şiddetli enfeksiyonlarda yüzde yaygın şişlik, ateş, halsizlik gibi bulgular ortaya çıkabilir. Bu durumda acilen diş hekimine başvurulmalıdır.

ÇÜRÜK TEDAVİLERİ



- ✓ Çürümüş olan süt dişleri fark edilir edilmez tedavi edilmelidir. Ne kadar erken müdahale edilirse çürüğün ilerlemesi ve pulpayı (diş damar ve sinirlerinin olduğu doku) enfekte etmesi önlenmiş olur.
- ✓ Çürük diş dokusu çoğunlukla lokal anestezi uygulanarak temizlenir, daha sonra uyumlu dolgu materyalleri ile kaybedilen diş dokusu tekrar oluşturulur.



- ✓ Çürük çok derin olduğunda pulpa yani dişin canlı kısmı etkilenir. Pulpa dokusunun tamamı çürükten etkilenmemişse amputasyon (yarım kanal tedavisi) uygulanır. Bu tedavi yönteminde de çürük doku uzaklaştırıldıktan sonra kalan canlı diş dokuları uygun materyaller kullanılarak örtülür ve dolgu yapılır.
- ✓ Pulpanın tamamı çürükten etkilenmişse, dişte şiddetli, zonklar tarzda, özellikle yatar pozisyonda iken artan, kendiliğinden başlayan, geçmeyen ağrı varsa kanal tedavisi uygulanır. Dişin içindeki kanallarda bulunan enfekte doku uzaklaştırılarak kanalların içi uyumlu materyallerle doldurulur.

DİŞ ÇEKİMİ VE SONRASINDA ÖNERİLER

- ✓ Süt dişleri 6-8 yaşlarında değişmeye başlar ve yerlerini kalıcı dişlere bırakmaya başlar. Diş değişimi 12 yaşına kadar devam eder.
- ✓ Süt dişleri alttan gelen kalıcı dişin kökünü eritmesi neticesinde sallanmaya başlar ve çoğunlukla kendiliğinden düşer. Bazen süt dişi sallanmaz ve alttan gelen diş ağızda yerini alamaz bu durumda dişin çekilmesi gerekir.
- ✓ Diş çekiminden sonra doktorunuzun koyduğu tamponun değiştirilmeden (pıhtıyı korumak amaçlı) 15-20 dakika yerinde durması kanama kontrolü açısından yeterli olacaktır.
- ✓ 6 saate kadar sızıntı şeklinde kanama olabilmektedir ve kesinlikle tükürülmemelidir.
- ✓ Diş çekilen bölgedeki uyuşukluğun yaklaşık 2 saat devam edeceği için çocuğun dudağını, dilini ısırmasına özellikle dikkat edilmelidir.
- ✓ İlk gün çok sıcak veya çok soğuk yiyecekler tüketilmemelidir.
- ✓ Sıcak banyo yapılmamalı ve sıcak güneş altında kalınmamalıdır.
- ✓ Diş çekim yarası çekimden itibaren 1-2 hafta içerisinde kapanacaktır.



YER TUTUCU NEDİR?



- ✓ İleri derece çürük, enfeksiyon nedeni ile erken çekilmiş süt dişlerinin yerlerinin ağız içinde korunması; daimi dişlerin doğru bir şekilde sıralanması çene gelişimi adına oldukça önemlidir.
- ✓ Erken kaybedilen süt dişlerinin bıraktığı boşluk alan korunmazsa, yan dişler bu boşluğa kayar. Böylece çıkacak daimi dişin alanı daralır. Çıkması gereken yerden farklı bir alana doğru kayarak çapraşık diş dizilimine neden olur. Bu durumda ileri dönemde ortodontik tedavi ihtiyacına sebebiyet verir.

- ✓ Kaybedilen süt dişlerinin pozisyonuna, sayısına göre yer tutucular sabit veya hareketli olarak yapılabilir. Sabit yer tutucular özel yapıştırıcı simanlarla diş üzerine yapıştırılan ve sadece hekim tarafından çıkarılabilen apereylerdir. Hareketli yer tutucular, hastanın kendisi tarafından takılıp çıkarılabilen apereylerdir.



YER TUTUCU TAKILDIKTAN SONRA DİKKAT EDİLMESİ GEREKENLER



- ✓ Ağız ve diş temizliğine özen gösterilmelidir, dişler düzenli fırçalanmalıdır.
- ✓ Hareketli apereyin her gün düzenli kullanılması önemlidir.
- ✓ Hareketli yer tutucular yemek yerken ağızda kalabilir. Bu durum, çocuğun yemek yemesini zorlaştırıyorsa çıkarılabilir.
- ✓ Yemeklerden sonra dişler fırçalanırken aperey çıkarılarak hem dişler hem aperey diş fırçası yardımıyla temizlenmelidir.
- ✓ Apereyinizi temizlerken çiziklere neden olabileceği için diş macunu kullanmamanız önerilir.
- ✓ Uyku öncesinde de hareketli aperey çıkarılıp temiz bir kap su içinde saklanmalıdır.
- ✓ Yer tutucunun sabah uyanınca tekrar ağza takılması gerekir.
- ✓ Sabit yer tutucular diş üzerine yapıştırıldığından, diş üzerinden çıkabilirler. Bu durumda hekiminize danışınız.
- ✓ Sakız, şeker gibi yapışkan yiyeceklerin tüketilmesinden kaçınınız.
- ✓ Yer tutucunun ne kadar süre kullanılacağına hekiminiz karar verecektir bundan ötürü kontrol randevularınıza düzenli gelmeniz önemlidir.
- ✓ Yer tutucunuz kırılırsa, kaybolursa, uyumu bozulursa vakit kaybetmeden hekiminize başvurunuz.

ÇOCUKLARDA DİŞ TRAVMALARI

Diş travmaları, yaygınlık gösteren bir durumdur. Eğer travma sonucunda bilinç kaybı baş ağrısı, kusma gibi durumlar gözleniyorsa en kısa zamanda en yakın sağlık kuruluşuna başvurulmalıdır.

Travmalar dişlerde sallanmalara, diş kırıklarına, hatta bazen dişin tamamen yerinden çıkmasına neden olabilmektedir. Dişlere gelen bu darbeler sonucu kırık meydana gelmese bile dişin sağlığı tehlikeye girebilmektedir. Bu bölgedeki sinir ve damarların sıkışmaları nedeniyle bir süre sonra bu dişler canlılığını yitirebilir. Bu durumlarda ailelerin yapacağı en doğru davranış en kısa zamanda diş hekimine başvurmalarıdır. Travma sonrası oluşan diş kırıklarında kırığın büyüklüğü, konumu ve dişin damar sinir paketinin açığa çıkıp çıkması önemlidir.

ÇOCUKLARDA DİŞ TRAVMALARI SONRASI YAPILMASI GEREKENLER

Kırıklar



Basit kırıklarda eğer kırık hattı pulpa odasına (dişin damar ve sinirlerinin olduğu alana) ulaşmamışsa kırık parçanın tekrar dişe yapıştırılması ya da dolguyla dişi restore etmek mümkündür. Böyle bir durumda kırık parçayla birlikte diş hekimine başvurulmalıdır.

Dişin Tamamen Yerinden Çıkması



✓ Süt dişleri soketinden çıkarsa yapılacak bir tedavi yoktur. Ancak çocuğun diş hekimi tarafından görülmesi başka komplikasyonların ortaya çıkması açısından önemlidir. Daimi dişlerin yerine yerleştirilmesi bazı durumlarda uygulanan ve başarılı sonuçlar veren bir yöntemdir. Öncelikle diş travması sonrası geçen süre önemlidir. Travmadan sonra en kısa süre içinde çocuk, diş hekimine getirilmelidir.

Diş hekimine gelene kadar nerede ve nasıl muhafaza edilmeli?

- ✓ Eğer mümkünse yerinden çıkan diş baş kısmından tutulup akan suyun altında yıkanmalı soketine orada hemen yerleştirilmelidir. Diş köküne dokunulmamalıdır.
- ✓ Eğer dişin soketine yerleştirilmesi mümkün değilse, diş kök ucuna dokunulmadan tutulup **temiz su ile yıkanmalı** ve **süt, su** ya da **çocuğun tükürüğünü** ihtiva eden bir bardak içerisine konarak en kısa sürede diş hekimine başvurulması gerekmektedir.



PAMUKKALE ÜNİVERSİTESİ DİŞ HEKİMLİĞİ FAKÜLTESİ

ÇOCUK DİŞ HEKİMLİĞİ ANABİLİM DALI

ADRES: Pamukkale Üniversitesi Diş Hekimliği Fakültesi

Kınıklı Kampüsü Pamukkale / Denizli

Posta Kodu: 20160

Telefon No: 0 258 296 42 10

Faks: 0 258 296 17 63

E-Posta: disfak@pau.edu.tr