



تاریخ	۳
آبان	
۱۴۰۳	
پنجشنبه	

هر شماره؛ معرفی یک بیماری و پیشگیری و درمان آن

این شماره: دلایل تغییر رنگ دندان ها



صفحه	۶
شماره	
۴۰۴۵	
سال	سی ام

سایت فردوس کلینیک می نویسد: سیاه شدن دندان عصب کشی شده یکی از شایع ترین عوارض عصب کشی است و ممکن است برای هر کسی پیش بیاید. این تغییر رنگ به طور معمول سه علت اساسی دارد که در ادامه به آن‌ها خواهیم پرداخت این علت عبارتند از:

-باقی ماندن مواد پرکننده ریشه روی تاج دندان
-داروهای استفاده شده برای عصب کشی
-خطای دندانپزشکی

باقی ماندن مواد پرکننده ریشه روی تاج دندان
برای عصب کشی باید در ریشه دندان یک حفره ایجاد شود تا دندانپزشک به عصب دسترسی داشته باشد. پس از انجام این عمل نیاز به پر کردن این حفره وجود دارد. این کار با مواد خاصی صورت می گیرد که استحکام زیادی به دندان شما خواهد داد. حال اگر مقداری از این ماده روی سطح دندان باقی بماند می تواند رنگ دندان را به مرور زمان تیره کند.

داروهای استفاده شده برای عصب کشی
علاوه بر مواد پرکننده ریشه دندان، داروهای استفاده شده در عصب کشی نیز می توانند روی سیاه شدن دندان عصب کشی شده نقش موثری داشته باشند. بسیاری از این داروها می توانند در صورت مجاورت با هوای آزاد واکنش داده و سبب تغییر رنگ دندان شما شوند.

خطای دندانپزشکی
ممکن است دندانپزشک شما تجربه یا دقت کافی حین عصب کشی نداشته باشد و به صورت اتفاقی بخشی از پالپ دندان را درون آن جا بگذارد. این اتفاق می تواند موجب سیاه شدن دندان عصب کشی شده شود. همچنین ممکن است که ریشه دندان به خوبی پر نشده باشد که در این صورت امکان تجمع بافت مرده و تغییر رنگ دندان با گذر زمان وجود دارد.

داروها و مواد استفاده شده؛ اصلی ترین دلیل تغییر رنگ دندان بعد از عصب کشی

از مهمترین دلایل تغییر رنگ دندانها بعد از عصب کشی مواد پرکننده یا داروهای معالجه ریشه هستند. در صورتی که مواد پرکننده پالپ و ریشه خارج شوند، به مرور زمان تمام قسمت های دندان را دربر می گیرند و ممکن است دندان به رنگ نارنجی یا قرمز تغییر پیدا کند. این مواد اغلب برای دندان های جلو که در معرض دید هستند استفاده می شوند. گوتا پرکا ماده ای پلاستیکی است که به همراه سیلر مایع جایگزین پالپ دندان می شود. گاهی اوقات ممکن است سیلر داخل تاج دندان باقی بماند و موجب تغییر رنگ دندان بعد از عصب کشی شود. گوتا پرکا خود نیز از دلایل تغییر رنگ دندانها بعد از عصب کشی است. این ماده برای معالجه ریشه استفاده می شود و دندانپزشک باید تاج دندان را عاری از این ماده کرده و تنها در قسمت ریشه آن را ایزوله کند. اما ممکن است گوتا پرکا به سایر قسمت های دندان نفوذ پیدا کند و رنگ دندان را تغییر دهد.

برخی از مواد مورد استفاده عصب کشی حاوی نیترات نقره یا اکسید روی هستند که موجب تیره شدن دندان می شوند. در صورتی که از مواد مانند آمالگام که نوعی پرکننده نقره ای است استفاده شود، رنگ دندان به خاکستری و آبی تغییر می کند. سیاه شدن دندان عصب کشی شده توسط آمالگام در دسر بزرگ است! زیرا سفید کردن آن بسیار سخت و غیر ممکن خواهد بود! اما از آمالگام می توان برای دندان هایی که در معرض دید نیستند استفاده کرد.

باقی ماندن قسمت های پالپ داخل دندان
پالپ در مرکز دندان قرار دارد. در صورتی که هنگام تخلیه، مقداری از پالپ و انشعابات آن داخل دندان باقی بماند و به قسمتهای دیگر نفوذ کند، موجب تغییر رنگ دندان خواهد شد. باقی ماندن شاخه های پالپ به مرور زمان علاوه بر تغییر رنگ دندان عصب کشی شده باعث پوسیده شدن آن نیز می شود.

مردن دندان و خراب شدن آن؛ علت سیاه شدن دندان عصب کشی شده

از دیگر دلایل تغییر رنگ بعد از عصب کشی دندانها خراب شدن یا مردن دندان است. در صورت خراب شدن دوباره دندان بعد از عصب کشی، عفونت جدید ایجاد می شود و همین مسئله تغییر رنگ دندان عصب کشی شده را به دنبال خواهد داشت. در صورتی که مواد عصب کشی به صورت کامل ریشه را پر نکرده باشند، محصولات تجزیه شده از بافت های مرده دهان، داخل روزنه ها نفوذ می کنند و منجر به خاکستری یا سیاه شدن دندان عصب کشی شده خواهند شد. البته خراب شدن و مردن دندان عصب کشی شده به ندرت پیش می آید که یکی از دلایل آن عدم رعایت بهداشت دهان و دندان است. **آیا سفید کردن دندان که بعد از عصب کشی تغییر رنگ داده امکان پذیر است؟**
به طور کلی دو راهکار جهت سفید کردن دندانهای سیاه شده وجود دارد. این دو راهکار عبارتند از:

دلایل سیاه شدن رنگ دندان ها

دکتر یوسف بالوی پور

مصرف، دندانها را مسواک بزنید. اگر این عادت‌های غذایی به مدت چندین سال ادامه پیدا کنند، پلاک‌های دندان‌ی روی هم جمع شده و تبدیل به جرم سختی به نام تار تار خواهند شد. تار تار می تواند رنگ دندان‌ها را به سیاه، خاکستری یا قهوه‌ای تبدیل کند که علاوه بر ظاهر ناخوشایند، یک بیماری دهان و دندان نیز محسوب می‌گردد. لازم به ذکر است که حتی اگر از مواد خوراکی مضر و رنگی استفاده نکنید ولی عادت مسواک زدن را ترک نمایید باز هم ممکن است به دلیل وجود پلاک‌های دندان، به تار تار مبتلا شوید پس در هر شرایطی، در شبانه‌روز، دو بار مسواک بزنید. فراموش نکنید که مصرف سیگار هم می‌تواند باعث سیاه شدن دندان‌ها باشد.

عوامل خارجی سیاه شدن دندان
عوامل خارجی سیاه شدن دندان، همان طور که از نام عوامل خارجی مشخص است، دلایلی در خارج از بدن انسان، باعث می‌شوند که رنگ دندان‌ها تغییر کند. برای مثال مصرف زیاد نوشابه‌های گازدار، نوشیدنی‌های دارای رنگ افزودنی، قهوه، برخی ادویه‌ها و ... رنگ دندان‌ها را عوض می‌کنند زیرا موادی که نام بردیم، دارای رنگدانه‌هایی هستند که به محض مصرف آنها، به دندان می‌چسبند و بر روی سطح مینای دندان ثابت می‌مانند.

اگر از مواد خوراکی مذکور استفاده می‌کنید، بهتر است بلافاصله بعد از

تغییر رنگ دندان بعد از عصب کشی



پر کردن مجدد دندان سفید کردن دندان عصب کشی شده امکان پذیر است. اما با توجه به علت تغییر رنگ دندان، درمان نیز متفاوت می باشد.

بلیچینگ داخلی؛ راهی برای سفید کردن دندان عصب کشی شده
همانطور که اشاره شد از دلایل تغییر رنگ دندانها بعد از عصب کشی داروها و مواد استفاده شده است. در صورتی که دندانپزشک تمام مواد معالجه ریشه را از تاج خارج کند، تغییر رنگ رخ نمی دهد. با این حال احتمال باقی ماندن مواد ریشه در تاج دندان بسیار بالاست و همین موضوع عامل اصلی تغییر رنگ دندان است.

برای سفید کردن دندان عصب کشی شده می توان روش بلیچ کردن داخلی را به کار برد. قبل از بلیچینگ باید وضعیت ریشه توسط عکس رادیولوژی مشخص شود. در صورت لزوم، ریشه ترمیم و سپس فرایند بلیچینگ آغاز گردد. دندانپزشک حفره کوچکی در تاج ایجاد می کند تا به قسمت پالپ برسد. سپس مواد بی کیفیت و جرم اضافه داخل دندان تخلیه شده و یک لایه بلیچینگ داخلی روی دندان انجام می شود. در نهایت دندان عصب کشی شده سفید خواهد شد.

باندینگ دندان
سفید کردن دندان عصب کشی شده توسط روش باندینگ به این شکل است که مواد همرنگ با دندان را روی آن قرار می دهند و این مواد به کمک اشعه لیزر، دندان را کاور می کنند. مواد باندینگ علاوه بر رنگ روی دندان، لکه های زیرین را می پوشانند.

روش دندان
روش درمانی روش دندان برای سفید کردن دندان عصب کشی شده، پوسیده و خراب استفاده می شود. روش دندان برای هر فرد متفاوت است و به صورت سفارشی است. این روش از نوع باندینگ و همرنگ با دندان طبیعی می باشد.

درمان سیاه شدن دندان عصب کشی شده با بلیچینگ
این روش درمانی برای دندان‌هایی که نوع تغییر رنگ آنها سطحی بوده است موثر می‌باشد. برای این کار دندانپزشک با استفاده از مواد خاصی اقدام به سفید کردن دندان شما به صورت سطحی خواهد کرد.

درمان سیاه شدن دندان عصب کشی شده با پر کردن مجدد دندان
در صورتی که تغییر رنگ دندان شما به علت مشکلات مربوط به خطای دندانپزشک یا جاگیری نامناسب مواد پرکننده باشد، باید مجدداً ریشه دندان شما تخلیه شده و با مواد جدید جایگزین شود. در بیشتر موارد از همین روش برای سفید کردن دندان سیاه شده پس از عصب کشی استفاده می‌شود. میزان تاثیر گذاری این روش بسیار بالا می‌باشد.

ونیر دندان، آخرین راه سفید کردن دندان عصب کشی شده
روش ونیر زمانی به کار می رود که با انجام باندینگ و بلیچینگ رنگ دندان دوباره تیره شود. برای انجام این روش سطح دندان قالب گیری شده و ونیر با توجه به آن ساخته می شود. سپس ونیر را روی دندان قرار داده و توسط آن، سطح بیرونی دندان پوشانده می شود. به این ترتیب تغییر رنگ دندان بعد از عصب کشی درمان خواهد شد.

ماندگاری دندان سفید شده
پس از شناخت دلایل تغییر رنگ دندانها بعد از عصب کشی و پیدا کردن درمان مناسب، باید توصیه های پزشک را جدی بگیریم تا سفیدی دندان‌ها دوام بیشتری داشته باشد.

استفاده از برخی غذاها و نوشیدنی های رنگی روی دندان هاله هایی ایجاد می کنند که با مصرف پیش از حد موجب رنگ گرفتگی دندان خواهد شد. بنابراین از مصرف این مواد خودداری کرده و حتما روزانه دو لی سه بار مسواک زدن را فراموش نکنید. سیگار کشیدن و نوشیدن قهوه نیز در رنگ گرفتن دندان های سفید شده بی تاثیر نیستند.

سخن پایانی در مورد تغییر رنگ دندان عصب کشی شده
کیود و سیاه شدن دندان عصب کشی شده یا رنگی شدن آن بعد از درمان ریشه، اتفاقی شایع اما قابل درمان است. سفید کردن دندان عصب کشی شده توسط بلیچینگ یا سایر روش ها موثر می باشد، اما احتمال ناهماهنگی رنگ دندان با دندان های مجاور وجود دارد.

پس از بررسی دلایل تغییر رنگ دندانها بعد از عصب کشی انتخاب نوع روش سفید کردن توسط پزشک انجام می گیرد. بهتر است بیمار به روش درمانی خاصی اصرار نرورد تا پزشک بهترین درمان سفید کردن دندان را برای او به کار برد.

در بین دندان‌ها ایجاد می‌شود که خارج از دید شما بوده و به نظر می‌رسد که دندان کاملاً سالم است.

پس از مدتی این پوسیدگی سطحی و ریز مانند حفره‌ای عمیق‌تر شده و از داخل دندان را خراب می‌کند. وقتی چند ماه بگذرد و لایه‌های داخلی دندان دچار پوسیدگی شوند، می‌توانید ببینید دندان به ظاهر سالم شما، رنگی مایل به سیاه پیدا کرده است. در چنین شرایطی هر چه سریع‌تر به دندانپزشک مراجعه کنید تا در صورت امکان، پوسیدگی درمان شود. برای جلوگیری از این مشکل، توصیه می‌کنیم که از نخ دندان با سایز مناسب استفاده کرده و به دقت این کار را انجام دهید. همچنین حتی اگر احساس می‌کنید تمام دندان‌ها سالم هستند، برای چکاپ هر ۶ ماه یکبار به دندانپزشک مراجعه کنید.

علت لکه‌های سیاه روی دندان

علت لکه‌های سیاه روی دندان غیر از مواردی که پیش از این نام بردیم می‌تواند به دلیل انواع عفونت‌ها و پوسیدگی‌ها اتفاق بیفتند. برای مثال در بعضی از موارد رنگ دندان‌ها، به صورت یکپارچه سیاه نمی‌شود بلکه لکه‌ها یا نقاط ریز سیاه رنگی نمایان می‌شوند که بعد از مدتی پیشرفت کرده و رنگ دندان را به کلی تغییر می‌دهند. یکی از مهم‌ترین انواع بیماری‌های دندان که از دلایل سیاه شدن رنگ دندان‌ها است، با عنوان دندان مرده شناخته می‌شود.

دندان مرده به دو دلیل وجود می‌آید: پوسیدگی شدید و ضربه. در مورد اول یعنی پوسیدگی شدید، پوسیدگی به صورت سطحی است و از لکه‌های کوچک تشکیل شده‌اند، در صورتی که این پوسیدگی‌های کوچک و بی‌اهمیت درمان نشوند، به مرور زمان شبیه به حفره‌های ریز و عمیقی در می‌آیند به شکلی که پوسیدگی به مغز دندان یا پالپ می‌رسد. سپس این پوسیدگی و عفونت، محیط مناسبی برای رشد باکتری‌های مخرب خواهد بود. باکتری‌ها به اعصاب دندان حمله می‌کنند و عصب را می‌کشند که در نتیجه، جریان خون در دندان قطع شده و دندان یکپارچه سیاه می‌شود.

یکی از مهم‌ترین نکات مربوط به دندان مرده، این است که فرآیند کشته شدن عصب توسط باکتری‌ها با درد بسیار شدیدی همراه خواهد بود. توصیه می‌کنیم برای جلوگیری از ابتلا به این مورد دردناک، پوسیدگی‌های سطحی را در اسرع وقت درمان کنید. دلیل دوم برای دندان مرده، ضربه شدید است که به دندان وارد می‌شود. این ضربه می‌تواند به دلیل برخورد اجسامی مانند توپ باشد یا هنگام تصادفات رانندگی و ... اتفاق بیفتد. در واقع ضربه به اندازه‌ای شدید است که جریان خون را در پالپ متوقف می‌کند و دندان می‌میرد. دندان مرده، به رنگ سیاه تغییر می‌کند. حالا متوجه شدیم که یکی از دلایل سیاه رنگ شدن رنگ دندان‌ها می‌تواند وجود دندان مرده باشد.



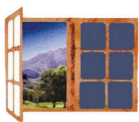
علت سیاه شدن روکش دندان
علت سیاه شدن روکش دندان مورد بعدی است که می‌خواهیم درباره آن بحث کنیم.

برای افرادی که از انواع روکش‌ها برای ترمیم دندان خود استفاده کرده‌اند، گاهی پیش می‌آید که بعد از مدتی، رنگ دندان ترمیم شده تغییر کند. روکش دندان از جنس دندان‌های طبیعی نیست و دچار پوسیدگی نمی‌شود پس دلایل سیاه شدن رنگ دندان‌ها در چنین مواردی چیست؟ ابتدا در نظر داشته باشید که تمام موادی که برای ترمیم و زیبایی دندان به کار می‌روند، دارای سطح کاملاً صافی نیستند که این ناصافی تنها با میکروسکوپ قابل مشاهده است.

حالا اگر فردی عادت‌های غذایی نامناسب (مانند مصرف نوشابه‌های گازدار، خوراکی‌های دارای رنگ، قهوه و ...) داشته یا مصرف کننده سیگار و مواد مخدر باشد، بدیهی است که رنگدانه‌های مختلف در سطوح میکروسکوپی روکش دندان، باقی می‌مانند. به مرور زمان حجم این رنگدانه‌ها بیشتر شده و تغییر رنگ روکش، محسوس‌تر خواهد بود. پس اگر دندان خود را ترمیم کرده‌اید و دندان دارای روکش است باید با دقت بیشتری از نخ دندان و مسواک استفاده کنید تا روکش تغییر رنگ ندهد.

علت سیاه شدن روکش دندان می‌تواند به موارد دیگری هم مربوط باشد. برای مثال همان‌طور که می‌دانید گاهی برای ترمیم دندان و چسباندن روکش، از پایه‌های فلزی مانند بین استفاده می‌شود که این پین‌ها، رنگ تیره‌ای دارند، حالا اگر بعد از انجام روکش در طی چند سال، لته فرد تحلیل برود، پایه فلزی مشخص می‌شود و ظاهر دندان، تیره به نظر می‌رسد. مثال دیگر اینکه ممکن است فرد با رعایت بهداشت و مسواک زدن به صورت مرتب، روکش را تمیز نگه دارد اما دندان‌ی که زیر روکش قرار دارد، دچار پوسیدگی شده و رنگ تیره آن از زیر روکش مشخص شود. در چنین مواقعی دندان به رنگ خاکستری دیده خواهد شد.

چهار عادت که اعتماد به نفس شما را کاهش می‌دهند



اداره مشاوره و مددکاری اجتماعی

سامانه صدای مشاور ۰۹۶۵۸۰



فرماندهی انتظامی استان فارس

معاونت فرهنگی و اجتماعی



همیشه می‌خواهید همه چیز به بهترین شکل ممکن انجام شود

وقتی استاندارد های بالا و غیر منطقی برای خودمان تعیین می‌کنیم، ممکن است حس کنیم که هیچ وقت به آنها نمی‌رسیم که این ممکن است به اعتماد به نفس ما آسیب بزند

اکثر اوقات خودتان را با دیگران مقایسه می‌کنید

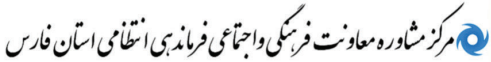
مقایسه کردن خودمان با دیگران معمولاً غیر منطقی و نادرست است چون که معمولاً به شرایط خاص هر فرد، فرصت ها و چالش هایی که با آنها مواجه شده توجه نمی‌کنیم

اطراف شما پر از افراد منفی است

وقتی دیگران دائماً ما را نقد می‌کنند و ما را در جایگاه پایین‌تری قرار می‌دهند، ممکن است باعث شود که به توانایی های خودمان شک کنیم و ارزش های درونی‌مان را نادیده بگیریم

همیشه در حال انتقاد کردن از خودتان با زبان منفی هستید

وقتی که درگیر خودگویی منفی می‌شویم، ممکن است به خودمان جملاتی مانند: "من به اندازه کافی خوب نیستم"، "من هیچوقت نمی‌تونم این کار رو انجام بدم" یا "من همیشه خراب میکنم" بگویم که می‌توانند باعث کاهش اعتماد به نفس شوند



آدرس: شیراز، حر، روبروی کاترئ ۱۸۱۸

۰۷۱۳۲۲۷۰۰۶