



تاریخ	۷
آبان	
۱۴۰۳	
دوشنبه	

## هر شماره؛ معرفی یک بیماری و پیشگیری

### و درمان آن

#### این شماره: دندان ترک خورده

## سلامت



صفحه	۶
شماره	
۴۰۴۸	
سال	سی ام

### دندان ترک خورده چیست؟

دکتر فرهاد اسماعیلی

دندان ترک خورده زمانی است که چیزی به دندان شما آسیب می‌رساند و باعث شکستگی کوچک (ترک یا شکستگی) در آن می‌شود. ترک ممکن است به اندازه‌های کوچک باشد که روی دندان شما تأثیری نداشته باشد. در مواقع دیگر ممکن است دندان شما تکه‌تکه شود یا شکافته گردد. یک دندان به‌شدت ترک خورده، ممکن است یک اورژانس دندانپزشکی باشد.

درحالی‌که ممکن است در هر یک از دندان‌هایتان ترک داشته باشید، ترک‌ها اغلب در دندان‌های جلویی بالایی و دندان‌های پشت فک پایین (آسیاب‌های فک پایین) اتفاق می‌افتد.

نام‌های دیگر دندان ترک خورده، سندرم دندان ترک خورده (CTS) و دندان شکسته است. چندین قسمت روی دندان شما وجود دارد و شما می‌توانید در تمام آن قسمت‌ها، ترک داشته باشید.

#### انواع دندان‌های ترک خورده

دندانپزشک شما، شکستگی دندان شما را به‌عنوان یکی از پنج دسته زیر طبقه‌بندی می‌کند:

دندان ترک خورده: این یک ترک عمودی است که از سطح گزنده دندان تا خط لثه شما ادامه دارد. گاهی اوقات، ترک به خط لثه و ریشه شما، گسترش می‌یابد. خطوط ترک (ترک‌های خط مو): این ترک‌های کوچک و بسیار نازک، روی مینای دندان شما هستند. شکستگی کاسپ: اگر شکافی در اطراف پرکردگی دندان ایجاد شود، ممکن است دچار شکستگی کاسپ شوید. شکستگی کاسپ معمولاً خیلی دردناک نیست.

شکاف دندان: همان‌طور که از نام آن پیداست، این زمانی است که یک ترک، دندان شما را به دو قسمت تقسیم می‌کند. یک شکاف دندان می‌تواند زیر خط لثه شما قرار گیرد.

شکستگی عمودی ریشه: این یک ترک است که از زیر خط لثه شما شروع می‌شود و به سمت سطح دندان شما حرکت می‌کند. این نوع ترک دندان ممکن است علائمی ایجاد نکند مگر اینکه پالپ دندان شما عفونی شود.

#### آیا ترک خوردن دندان، آسیب جدی است؟

می‌تواند باشد؛ به‌عنوان‌مثال، یک ترک در دندان شما، راه را برای باکتری‌ها باز می‌کند تا به پالپ دندان شما نفوذ کند و باعث آسب دندان شود. در صورت عدم درمان، آسب دندان ممکن است به استخوان فک شما سرایت کند. همچنین ممکن است به عضلات صورت، تاندون‌ها و سلول‌های چربی صورت و گردن شما راه پیدا کند.

#### علائم ترک خوردگی دندان چیست؟

دندان شکسته شامل یک ترک قابل توجه است که فراتر از مینای دندان گسترش می‌یابد. به‌این ترتیب، می‌تواند به عاج و حتی عصب دندان برسد. شدت شکستگی دندان می‌تواند متفاوت باشد، اما ممکن است منجر به چندین عواقب ناراحت‌کننده شود:

#### درد شدید

یکی از فوری‌ترین و قابل توجه‌ترین عوارض شکستگی دندان، درد شدید است. وقتی دندان می‌شکند، اعصاب حساس داخل دندان، ممکن است تحریک شوند. این می‌تواند باعث درد شدید دندان و دهان گردد.

علاوه بر این، سطح درد می‌تواند از ناراحتی خفیف تا درد طاقت‌فرسا، متغیر باشد. این بستگی به وسعت شکستگی و نزدیکی به عصب دارد. درد دندان می‌تواند توسط محرک‌های مختلفی مانند هوا، غذاهای سرد یا گرم و فشار ملایم هنگام گاز گرفتن، ایجاد شود.

#### خونریزی

اگر شکستگی دندان تا خط لثه گسترش یابد، خونریزی ممکن است رخ دهد. سناریوی دیگر این است که آسیب قابل توجهی به بافت لثه اطراف وارد شود.

وجود خون می‌تواند هشداردهنده باشد. علاوه بر این، می‌تواند به ناراحتی و اضطراب ناشی از شکستگی دندان اضافه کند. با اعمال فشار ملایم یا گاز تمیز، خونریزی را کنترل کنید و به‌سرعت به دندانپزشک مراجعه کنید.

#### مشکل در جویدن

دندان شکسته، می‌تواند بر توانایی جویدن و غذا خوردن شما تأثیر بگذارد. دندان شکسته ممکن است باعث ناهماهنگی در بایت شما شود؛ در نتیجه، در جویدن و آسیاب کردن غذا مشکل خواهید داشت.

این ممکن است منجر به اجتناب از برخی غذاها و محدودیت‌های غذایی شود؛ در نتیجه، می‌تواند به طور بالقوه بر تغذیه و سلامت کلی شما تأثیر بگذارد.

#### افزایش حساسیت

فراتر از درد فوری، دندان شکسته می‌تواند منجر به افزایش حساسیت شود. اعصاب و عاج در معرض تماس می‌توانند به تغییرات دما بسیار حساس شوند؛ در نتیجه، این می‌تواند باعث ناراحتی یا درد در هنگام مصرف غذاها و نوشیدنی‌های سرد یا گرم شود.

#### خطر عفونت

دندان شکسته نیز باعث ایجاد شکاف در لایه‌های محافظ دندان می‌شود؛ به‌این ترتیب، دهان شما را در برابر تهاجم باکتری‌ها، چه در دندان عقل یا دندان دیگر، آسیب‌پذیر می‌کند. باکتری‌ها می‌توانند منجر به عفونت در داخل دندان یا بافت لثه، شوند.

#### علت ترک خوردگی دندان چیست؟

شایع‌ترین علت ترک خوردگی دندان عبارت‌اند از: سن: دندان‌های شما با افزایش سن، فرسوده می‌شوند و احتمال ترک خوردن دندان را افزایش می‌دهند. احتمال ترک دندان در افراد ۵۰ساله و بالاتر، از افراد جوان بیشتر است.

گاز گرفتن غذاهای سفت: یخ، آب‌نبات و دانه‌های ذرت بوده، می‌تواند دندان‌های شما را بشکند.

درمان‌های دندانپزشکی: درمان‌هایی مانند پر کردن دندان یا درمان کانال ریشه، به‌ویژه اگر درمان شامل دریافت روکش دندان نباشد، می‌تواند دندان‌های شما را ضعیف کرده و احتمال ترک خوردن دندان را افزایش دهد.

دندان‌قروچه: استرس و سایر مسائل، ممکن است باعث دندان‌قروچه و به‌مرور زمان باعث ترک خوردن دندان شود.

ضربه به دندان: اگر به دهان ضربه بخورد، این می‌تواند دندان را بشکند. این ممکن است در صورت زمین‌خوردن، آسیب‌دیدن در حین ورزش یا

تصادف با وسیله نقلیه، اتفاق بیفتد.

#### ترک خوردگی دندان چگونه تشخیص داده می‌شود؟

برای تشخیص شکستگی دندان، دندانپزشک در مورد علائم و علل احتمالی سؤال می‌کند. بعد، آنها:

از شما بخواهد که یک چوب را گاز بگیرید تا ببینید آیا درد دارید یا خیر.

دندان شما را برای علائم ترک و آسیب‌های دیگر بررسی می‌کند. لثه‌ها را از نظر التهاب معاینه می‌کند؛ زیرا شکستگی‌های عمودی ممکن است لثه‌های شما را تحریک کند.

نوری را از روی دندان شما استرک می‌کند تا ترک را مشخص کند (ترانسیلومیناسیون).

برای کمک به یافتن ترک از پررب پرودنتال استفاده کنید. پررب پرودنتال ابزار کوچکی است که از دست‌دادن استخوان اطراف دندان شما را اندازه‌گیری می‌کند.

دندانپزشک ممکن است شما را برای درمان بیشتر یا متفاوت، به یک متخصص ریشه (متخصص کانال ریشه) ارجاع دهد. اندودنتیست یک متخصص دندانپزشکی است که بر روی درمان مسأله مربوط به پالپ و ریشه دندان تمرکز دارد.

#### دندان‌های ترک خورده چگونه درمان می‌شوند؟

درمان ترک خوردگی دندان، بستگی به میزان آسیب به دندان شما دارد. درمان‌های رایج دندان ترک خورده عبارت‌اند از:

هنگامی که به مطب دندانپزشکی می‌رسید، دندانپزشک شما ابتدا از دندان آسیب‌دیده عکس اشعه ایکس می‌گیرد. این به او این امکان را می‌دهد که برای شما یک برنامه درمانی طراحی کند و از بهترین روش درمان دندان شکسته استفاده کند.

#### پرکننده سرامیکی

یکی از روش‌هایی که دندانپزشکان برای درمان دندان شکسته استفاده می‌کنند، پر کردن دندان برای تقویت ساختار طبیعی دندان است. این کار زمانی انجام می‌شود که تنها بخش کوچکی از دندان شما شکسته یا بریده شده باشد. یک پرکننده سرامیکی از مواد چینی هم‌رنگ دندان ساخته شده است.

دندانپزشک بی‌حسی موضعی انجام می‌دهد، دندان را تمیز می‌کند و لایه به لایه پرکننده‌های سرامیکی را اعمال می‌کند. با هر لایه، او از نور ماورا بنفش برای سخت‌شدن مواد استفاده می‌کند. او مواد اضافی را برش می‌دهد و دندان ترمیم شده را برای ترمیم کامل شکل می‌دهد.

#### درمان کانال ریشه

هنگامی که آسیب دندان با درد همراه است، ممکن است قسمت بزرگی از پالپ دندان عفونی شده باشد. درمان دندان شکسته برای این مورد، درمان ریشه است. متخصص اندودنتیست این روش را با دسترسی به پالپ دندان، برای از بین بردن عفونت انجام می‌دهد.

او در نهایت ساختار دندان آسیب‌دیده را می‌پوشاند تا با روکش آن را بازسازی و تقویت کند.

#### کانتورینگ دندان

دندانپزشک شما ممکن است لایه‌های ناهموار را صاف کند، نواحی که دندان شما بیش از حد ضربه می‌زند را بررسی و تنظیم کند و دندان شما را جلا دهد.

#### کشیدن دندان

اگر ترک در دندان شما، آسیب شدیدی به ریشه و اعصاب وارد کند، ممکن است دندانپزشک خارج کردن دندان شما را توصیه کند. آنها ممکن است دندان شما را با یک بریج یا ایمپلنت دندان، جایگزین کنند.

#### تعمیر دندان ترک خورده چقدر طول می‌کشد؟

ترمیم دندان شکسته شما ممکن است هفته‌ها یا ماه‌ها طول بکشد که بستگی به درمان شما دارد. دندانپزشک یا متخصص ریشه، روند ترمیم را توضیح می‌دهد؛ مثلاً:

روکش‌ها: دندانپزشک شما گاهی اوقات می‌تواند یک روکش را در یک روز قرار دهد، اما اغلب به چندین نوبت نیاز دارد.

کشیدن دندان: جایگزینی دندان با ایمپلنت ممکن است ماه‌ها طول بکشد. ونیزهای دندان: معمولاً سه تا چهار هفته طول می‌کشد تا یک روکش ایجاد شود تا دندانپزشک بتواند آن را روی دندان شما قرار دهد.

#### چه زمانی باید به دندانپزشکم مراجعه کنم؟

اگر علائم ترک خوردگی دندان مانند دندان‌درد دارید، با دندانپزشک خود تماس بگیرید. تشخیص و درمان زودهنگام دندان، ممکن است به شما کمک کند از مسائل جدی‌تری مانند عفونت جلوگیری کنید.

در اینجا چهار عواقب رایج دندان شکسته شده آورده شده است:

#### حساسیت

هنگامی که دندان شما می‌شکند، لایه محافظ مینای دندان را به خطر می‌اندازد. با این کار، حساسیت به تغییرات دما بیشتر می‌شود؛ در نتیجه ممکن است هنگام مصرف غذاها و نوشیدنی‌های سرد یا گرم، احساس ناراحتی یا درد کنید. این حساسیت می‌تواند بسیار ناراحت‌کننده باشد و ممکن است بر عادات خوردن و آشامیدن شما تأثیر بگذارد.

#### پوسیدگی دندان

دندان شکسته می‌تواند خطر بیشتری برای پوسیدگی دندان ایجاد کند. شکاف‌های دندان، مکان مناسبی برای مخفی شدن باکتری‌ها و ذرات غذا ایجاد می‌کنند.

حتی با مسواک‌زدن منظم و نخ دندان کشیدن، تمیز کردن کامل این نواحی می‌تواند چالش‌برانگیز باشد. در نتیجه، تجمع باکتری‌های مضر و ایجاد حفره‌ها را افزایش می‌دهد. در صورت عدم درمان، پوسیدگی دندان می‌تواند پیشرفت کند و ممکن است به درمان‌های دندانپزشکی گسترده‌تری نیاز داشته باشد.

#### ضعیف شدن دندان

شکستگی دندان ممکن است یکپارچگی ساختاری دندان را به خطر بیندازد. به‌این ترتیب، ضعیف شدن دندان می‌تواند دندان را مستعد آسیب بیشتر کند. این شامل شکستگی بیشتر دندان می‌باشد.

#### دغدغه‌های زیبایی شناختی

گذشته از مسائل عملکردی، دندان شکسته شده می‌تواند بر ظاهر لبخند شما تأثیر بگذارد و آسیب قابل‌مشاهده می‌تواند باعث آسیب به عزت‌نفس شما گردد. در نتیجه، می‌تواند اعتمادبه‌نفس شما را هنگام صحبت کردن یا لبخند زدن در جمع تحت تأثیر قرار دهد.

سایت کلینیک مهرآوید می‌نویسد: شکستن دندان یکی از مشکلاتی است که ممکن است برای همه ما پیش بیاید. وقتی روی تاج دندان ترک خوردگی جزئی حاصل شود ممکن است تا لثه هم پیش برود و ممکن است دندان ما درد بگیرد. البته برخی از شکستگی‌های دندان، درد کمتر و برخی دیگر درد بیشتری دارند. معمولاً این درد قبل یا بعد از جویدن غذا احساس می‌شود.

#### علت شکستن دندان چیست؟

##### ترک مویی دندان

یکی از دلایل شکستن دندان، کریزلاین‌ها هستند. به شکستگی‌های مویی در مینای خارجی دندان کریز لاین می‌گویند. این عارضه بیشتر به شکل خطوط عمودی در دندان‌های جلویی بزرگسالان اتفاق می‌افتد. چون این ترک‌ها عمق کمی دارند، معمولاً دردی ندارند و مشکلی برای فرد به وجود نمی‌آورند. کریزلاین‌ها در ظاهر فرد تأثیر می‌گذارند و سبب می‌شوند روی دندان، لکه و پلاک دندان به وجود بیاید و به علت سایش، فشار دادن یا آسیاب کردن طولانی مدت و خوردن غذاهای سفت حاصل می‌شوند.

ممکن است به علت ضربه به دهان، استفاده از دندان به عنوان ابزار، جویدن اشیا و ناخن و وجود حفره‌های قبلی روی دندان باشد یا ممکن است تغییرات شدید دمایی ناگهانی مانند آشامیدن یک نوشیدنی داغ این مشکل را به وجود بیاورد که البته معمولاً احتیاجی به درمان ندارند و اگر از لحاظ زیبایی ظاهری اذیت می‌شوید، می‌توانید ترمیم زیبایی انجام دهید. این خطوط کاملاً از بین نمی‌روند و معمولاً دندانپزشک، روکشی از کامپوزیت را به شما پیشنهاد می‌کند.

#### شکستگی کاسپ دندان (Fractured Cusp)

شکستگی کاسپ دندان یکی دیگر از دلایل شکستن دندان‌ها است که بیشتر در قسمت زبان در دندان‌های پشتی پایین و همچنین در قسمت گونه در دندان‌های عقب بالایی ایجاد می‌شوند. این شکستگی معمولاً به پالپ آسیب نمی‌رساند و در نتیجه درد زیادی حس نمی‌شود. این عارضه هنگامی اتفاق می‌افتد که کاسپ از طریق نیروی پر فشار و طولانی ضعیف شود یا دندان به شدت پوسیده شود. از دلایل ایجاد آن، ساییدن و محکم فشردن به مدت طولانی، ضربه خوردن، ترمیم ناموفق دندان و جویدن غذاهای سفت است.

علائم درد زمانی بروز می‌کند که جسم سختی را به دندان بگیرید یا غذا و نوشیدنی داغ بخورید یا هنگام جویدن غذا درد شدیدی را حس کنید و لثه تحریک شود. شاید بپرسید در این گونه مواقع با دندان شکسته چه کنیم؟ برای درمان این شکستگی معمولاً از روکش استفاده می‌شود تا از دندان محافظت شود و آن را بپوشاند. درمان آن به میزان شکستگی بستگی دارد. اگر شکستگی به حدی باشد که نیاز به پر کردن داشته باشد، پیشنهاد می‌شود آن را پر کنید. اگر در عمق دندان شکستگی ایجاد شود، کانال ریشه کمک می‌کند که دندان را ترمیم کنید. اگر شکستگی آن زود تشخیص داده شود، از یک انله استفاده می‌کنند و روی کاسپ ترک خورده قرار می‌دهند.

#### دندان ترک خورده (Cracked Tooth)

دندان ترک خورده به شکستگی ناقصی می‌گویند که از قسمت جویدنی دندان حاصل می‌شود. این ترک خوردگی از سطح دندان تا ریشه دندان هم می‌رسد. وقتی مینای دندان دچار ترک شود، پالپ دندان هم تحریک می‌شود. وقتی پالپ آسیب ببیند جایی که دندان ترک خورده است درد

### دلیل شکستن ناگهانی دندان



می‌گیرد. این درد از حساسیت به دمای شدید، درد بعد از جویدن غذا تا درد طولانی مدت و شدید که فرد نتواند بخوابد متغیر است.

مهم‌ترین علت شکسته شدن دندان ها، نیروی شدیدی است که هنگام بسته شدن فک‌ها به دندان‌ها وارد می‌شود. بیشتر شکستگی‌های دندان از سطح جویده شروع می‌شود و از آنجا به طرف ریشه پیشروی کرده و ریشه را هم بیمار می‌کند. درمان این شکستگی تا حد زیادی به شدت و قابل درمان و ترک غیر قابل درمان باشند.

برای ترک دندان‌ی که قابل درمان است، معمولاً از روکش برای ترمیم دندان و جلوگیری از پیشرفت ترک استفاده می‌شود. اگر این ترک، زود تشخیص داده نشود و درمان انجام نگیرد وضعیت دندان بدتر می‌شود به گونه‌ای که دیگر غیرقابل درمان می‌شود و سرانجام ناچار می‌شوید که دندان را بکشید.

#### دو نیم شدن دندان (Split Tooth)

شکاف یا دو نیم شدن دندان، زمانی اتفاق می‌افتد که شکستگی دندان، درمان نشده باشد. این مشکل از بالای دندان تا زیر لثه پیش می‌رود. به این ترتیب که وقتی ترکی در دندان وجود دارد ممکن است بعد از مدتی، دندان شکافته شود و قسمت‌های مختلف دندان را از همدیگر پاشیده و دندان را شل کند. علت آن می‌تواند از داشتن عادات مضر مانند ساییدن، فشردن (براکیسم)، جویدن یخ، اشیا و غذای سفت باشد. شاید برای شما سوال باشد که با دندان شکسته چه کنیم؟

در پاسخ باید بگوییم که اگر میزان شکستگی زیاد باشد، چاره‌ای جز کشیدن دندان وجود ندارد. اما اگر شکستگی آن به حدی باشد که بتوان آن را نجات داد، روت کانال و تاج دندان توصیه می‌شود.

#### شکستگی عمودی ریشه (Vertical Root Fracture)

زمانی که شکستگی دندان به صورت عمودی باشد این مشکل از ریشه دندان شروع می‌شود و سطح دندان را هم درگیر می‌کند. این شکستگی می‌تواند قسمتی از ریشه یا تمام طول ریشه را درگیر کند و حتی از گونه به سمت زبان پیش برود. زمانی متوجه این شکستگی می‌شویم که استخوان و بافت لثه و دهان عفونی شده باشند و این مشکل با رادیوگرافی تشخیص داده می‌شود.

اکثر شکستگی‌های ریشه زمانی اتفاق می‌افتد که قبلاً درمان ریشه روی آنها انجام شده بود. معمولاً این شکستگی‌ها درمان نمی‌شوند و دندانپزشک به ناچار آن را می‌کشد. گاهی اوقات هم ممکن است دندانپزشک اقدام به برداشتن ریشه شکسته کند. در این مواقع زیر نظر متخصص دندان، کاشت ایمپلنت دندان توصیه می‌شود

