

درمان دندان کج + دلایل کجی دندان در کودکان چیست؟

کجی دندان دائمی کودکان بسیار رایج است و غیر عادی نیست. دندان کج ممکن است تا زمانی که دندان ها به طور کامل رشد کنند، خود به خود برطرف شود اما اگر حل نشد، مراجعه به دندانپزشک و ارتودنטיست می تواند به اصلاح دندان ها کمک کند. در حالی که ژنتیک در یک دست بودن دندان های ما نقش دارد، برخی از شیوه های زندگی و عادات دهانی می توانند باعث **دندان کج در کودکان** شوند. در این مقاله عوامل کج شدن دندان ها در کودکان و درمان آن را توضیح خواهیم داد.

مشاوره بر اساس طرح لبخند

ارسال طرح لبخند از طریق چت سایت و دریافت مشاوره

تلفن تماس: ۰۹۱۵۷۶۰۹۰۰۹ - ۰۵۱۳۷۶۰۹۰۰۹



شما می توانید با ارسال تصویر از طرح لبخند خود به صورت آنلاین مشاوره دریافت نمایید .

[lwptoc]

علت کج شدن دندان ها چیست؟

از عواملی که می تواند باعث دندان کج در کودکان شود میتوان به موارد زیر اشاره کرد:

1. ژنتیک

یکی از عوامل بروز **دندان کج کودکان** والدینی هستند که خودشان دندان های کجی دارند. ژنتیک یکی از دلایل احتمالی کجی دندان یا تغییر شکل آنها است، اما عوامل دیگری نیز در این امر نقش دارند. دانشمندان کشف کرده اند که مسائل زیست محیطی مانند سیگار کشیدن و نوشیدن الکل در دوران بارداری یا حتی سوءتغذیه مادر نیز می تواند باعث رشد نامناسب یا ناهموازی دندان ها شود .

2. بهداشت ضعیف دهان

تمیز نکردن دندان ها می تواند باعث ایجاد مشکلاتی در ایجاد دندان کج شود. این باعث می شود آنها به سمت داخل یا خارج بچسبند یا متمایل شوند. با تمیز کردن منظم و کامل دندان ها با مسواک و نخ دندان و همچنین مراجعه منظم به دندانپزشک برای معاینات پیشگیرانه میتوان احتمال بروز دندان کج را کاهش داد.

3. مکیدن شست

بسیاری از کودکان شست خود را می مکند. وقتی این کار را انجام می دهند، انگشت شست می تواند به دندان های جلویی یا مستقیم پایین فشار وارد کند. اگر متوجه شدید کودکان دائماً انگشت شست یا شی دیگری را می مکد، باید او را نزد دندانپزشک ببرید. دندانپزشک اطفال قادر خواهد بود وضعیت را ارزیابی کرده و اقدامات لازم را انجام دهد. مکیدن شست باید در اسرع وقت متوقف شود زیرا می تواند باعث مشکلات دندان های دائمی و بروز دندان کج در کودک شود.



مکیدن شست مانع رشد دهان و فک، موجب بی‌نظمی دندان‌ها و تغییراتی در شکل سقف دهان میشود

در صورت نیاز به **دندانپزشک کودکان مشهد** میتوانید به کلینیک بارانا مراجعه کنید و از سلامت دندان کودک خود اطمینان حاصل کنید.

راه های درمان مکیدن شست یا انگشت

✓ **از انرژی مثبت استفاده کنید:** هنگامی که کودک شست را نمی‌مکد، او را تحسین کنید یا جوایز کوچکی را در نظر بگیرید. اهداف قابل دستیابی را تعیین کنید. برای ثبت روزهایی که کودک شما با موفقیت از مکیدن انگشت خودداری می‌کند، برچسب‌هایی را روی تقویم قرار دهید.

✓ **محرک‌ها را شناسایی کنید:** اگر فرزندتان در پاسخ به استرس، انگشت شست خود را می‌مکد، مشکل واقعی را شناسایی کنید و از راه‌های دیگر مانند در آغوش گرفتن یا کلمات دلگرم‌کننده به او آرامش بدهید. همچنین ممکن است به کودک خود یک بالشت یا حیوان عروسکی بدهید تا فشار دهد.

✓ **یادآوری‌هایی با لحن ملایم داشته باشید:** اگر کودک شما بدون فکر انگشت شست خود را می‌مکد به جای اینکه به عنوان راهی برای جلب توجه باشد به آرامی به او یادآوری کنید که دست از کار بکشد. فرزندتان را سرزنش، انتقاد یا تمسخر نکنید.



برای جلوگیری کودک خود از مکیدن انگشت، هرگز از خشونت و بداخلاقی استفاده نکنید

4. فک کوچک

در برخی موارد، فک کودک آنقدر کوچک است که با دندان های جدید و بزرگتر سازگاری ندارد. وقتی وارد می شوند دور هم جمع می شوند و می چرخند. یا ممکن است خود استخوان های فک به درستی در یک راستا قرار نگیرند. به این حالت مال اکلوزن گفته می شود که بیشتر به عنوان اوربایت، آندربایت یا کراس بایت شناخته می شود. هنگامی که [کراس بایت](#) اتفاق می افتد، فک بالا و پایین هنگام گاز گرفتن آنطور که باید در یک راستا قرار نمی گیرند.

5. فشار دادن زبان

فشار دادن زبان زمانی رخ می دهد که کودکان به طور طبیعی زبان را در دهان خود به جلو می برند. این می تواند باعث شود که زبان به دندان ها نیز فشار بیاورد. این مشکل مربوط به درمان ارتودنسی دندان های کج است، اما در رشد گفتار نیز مشکل ایجاد می کند.

6. آپنه خواب

آپنه خواب (آپنه انسدادی خواب) اخیراً به عنوان یکی از دلایل احتمالی دندان کج شناخته شده است. دلیل این امر این است که می تواند در تنفس کودکان اختلال ایجاد کند. کودکانی که در شب مشکل تنفسی دارند، اکسیژن کمتری در جریان خون خود دارند، به این معنی که بدن آنها نمی تواند به درستی رشد کند. همچنین کشف شده است که [کمبود اکسیژن](#) می تواند باعث کند شدن یا حتی توقف رشد فک شود. این یکی از دلایلی است که کودکان با دندان کج اغلب فک های کوچکتري نسبت به سایرین دارند.



 کلینیک دندان پزشکی بارانا
09157609009
Baranadental.com

ترک عاداتی مانند تنفس دهانی، دندان قروچه، وارد کردن فشار زیاد از زبان به دندان های جلو و می تواند در پیشگیری و یا درمان آپنه خواب موثر باشد

7. سوء تغذیه

کودکانی که دارای دندان کج و روی هم هستند ممکن است در رژیم غذایی خود فاقد سایر ویتامین ها و مواد معدنی نیز باشند. در مواردی که مادر در دوران بارداری به شدت سوءتغذیه داشته باشد، ممکن است باعث ایجاد مشکل در ردیف دندان های نوزاد شود. سوءتغذیه یک مسئله رایج در بین کودکان در سراسر جهان است. کمبود مواد مغذی می تواند بر رشد دندان ها تأثیر بگذارد و در نتیجه دندان کج ایجاد شود. بهترین راه برای کاهش خطر سوء تغذیه، داشتن عادات غذایی خوب و خوردن غذاهای مغذی است.

8. ترومای دندان

شایع ترین علت دندان کج ، **ضربه به دندان** است. زمانی که کودک با بازیگوشی زمین میخورد ممکن است ضربه به لثه و فک وارد شود. این امر می تواند منجر به شکستگی یا بیرون آمدن دندان ها شود. درمان دندان کج ناشی از ضربه می تواند بسته به شدت مشکل متفاوت باشد.

10. استفاده طولانی مدت از پستانک

استفاده از پستانک برای مدت طولانی نیز یک مسئله بسیار رایج است که به بسیاری از مشکلات سلامت دهان، از جمله دندان کج دامن میزند. در حالت ایده آل، باید به کودک خود بین ۱۲ تا ۲۴ ماهگی پستانک ندهید.



افزایش سن کودک، ادامه استفاده از پستانک اشتباه است

9. از دست دادن زودرس دندان شیری

یکی از اولین دندان‌هایی که کودکان از دست می‌دهند، دندان‌های شیری آنهاست. [افتادن دندان شیری](#) طبیعی است با این حال اگر کودک شما تمام دندان‌های شیری خود را قبل از پنج سالگی از دست بدهد، ممکن است برخی از مشکلات اساسی مورد بررسی قرار گیرد. افتادن زود هنگام دندان شیری می‌تواند ناشی از ضربه یا عادات غذایی (مانند سوء تغذیه) باشد که می‌تواند باعث هموار نشدن آنها، دندان کج و آسیب دائمی به دهان شود.

حفره‌ها و مشکلات لثه می‌توانند باعث افتادن زود هنگام دندان‌های شیری شوند. این ممکن است باعث شود دندان‌های جدید نامرتب در بیایند. برعکس آن نیز می‌تواند اتفاق بیفتد. گاهی اوقات دندان شیری نمی‌افتد. می‌تواند نهفته باشد، به این معنی که دندان دائمی را مسدود می‌کند. دندان جدید به فشار دادن روی آن ادامه می‌دهد و ممکن است به سمت لثه برود یا در نقطه‌ای اشتباه بیرون بیاید.



زود

افتادن دندان شیری باعث باز شدن فضای خالی زودتر از موعد شده و این فضا باعث کج شدن دندان ها میشود

دندان کج دائمی را چگونه میتوان اصلاح کرد؟

اولین قدم برای برطرف کردن دندان کج، مشورت با دندانپزشک است. در یک معاینه معمولی، دندانپزشک علاوه بر نگاه کردن به دندان ها و دیدن نحوه قرارگیری فک ها، عکس رادیولوژی نیز می گیرد. آنها باید بتوانند تشخیص دهند که آیا با رشد کودک مشکلات خود به خود حل می شوند یا خیر. [کلینیک بارانا مشهد](#) با انجام معاینه رایگان به شما در این مورد کمک خواهد کرد.

برای کودکان خردسال، توصیه اغلب این است که منتظر بمانند مگر اینکه درد داشته باشند یا در صحبت کردن یا خوردن مشکل داشته باشند. در طول یک یا دو سال آینده، دندانپزشک می تواند بررسی کند که آیا مشکلات در حال بهبود یا بدتر شدن هستند. سن ایده آل برای غریبالگری کودکان از نظر ارتودنسی احتمالی 7 سالگی است. در آن زمان، بیشتر بچه ها به اندازه کافی دندان های دائمی برای تعیین میزان کجی، نامرتبی تمام دندان ها و مال اکلوژن و میزان احتمال بهبود یا بدتر شدن آن را دارند.



اگر

تا 7 سالگی دندان دائمی کودک کج بماند، چاره آن ارتودنسی است

یک متخصص ارتودنسی ممکن است یکی از موارد زیر یا ترکیبی از آنها را برای رفع دندان کج پیشنهاد کند:

1. بریس ها

بریس های فلزی، سرامیکی یا شفاف رایج ترین انتخاب برای **صاف کردن دندان کودکان** هستند. انواع بریس های لینگوال به داخل دندان ها متصل می شوند، اما به فضای کافی برای قرار گرفتن نیاز دارند. بیشتر بچه ها دندان های بزرگی برای بریس های لینگوال ندارند. برخی از متخصصان ارتودنسی تا حدود 10 سالگی بیمار صبر می کنند، اما بسیاری از کودکان زیر 7 سال از بریس استفاده میکنند. آنها موثرترین ابزار برای کج درآمدن دندان و دندان کج هستند. آنها همچنین برای اصلاح مال اکلوژن به خوبی عمل می کنند.

2. نگهدارنده فک

نگهدارنده فک اغلب همراه با بریس استفاده می شود و ممکن است تمام چیزی باشد که برای برخی موارد دندان کج لازم است.

3. گسترش دهنده های کام

گسترش دهنده کام به دندان های عقب و در سراسر سقف دهان متصل می شود. دستگاه به تدریج تنظیم می شود تا فک بالا را به سمت بیرون فشار دهد. پس از گشاد شدن فک، ممکن است همچنان بریس ها برای حرکت تک تک دندان ها در هموار شدن لازم باشد.

4. کشیدن دندان

از دست دادن دندان ها می تواند کجی دندان را بدتر کند، اما گاهی کشیدن یک یا چند دندان ضروری است. دندانپزشکان ممکن است دندان های شیری را درآورند تا به دندان دائمی اجازه رویش بدهد.



در صورتی که دندان ها روی هم باشند یا از روی لثه رشد کرده باشند، کشیدن دندان به مرتب شدن ردیف دندان ها کمک میکند

مشکلات ناشی از دندان کج کودکان

دندان کج کودکان همیشه نگران کننده نیست. بسیاری از مردم دندان های کاملاً یکدست نداشته و هرگز مشکل دندانی جدی ندارند. وقتی دندان های دائمی کودکان یکدست نیستند، والدین باید با دندانپزشک خانواده خود مشورت کنند. اگر نظرشان به این باشد که مشکل ممکن است خود به خود حل شود، پیشنهاد می کنند منتظر بمانند. در غیر این صورت می توانند کودک را برای مشاوره به متخصص ارتودنسی ارجاع دهند.

دندان کج یا شلوغ می توانند بر رشد گفتار کودک در حین یادگیری صحبت کردن تأثیر بگذارند. اگر به دلیل اوربایت نتوانند دهان خود را به طور کامل ببندند، ممکن است به خصوص در شب دچار مشکل تنفسی شوند. هنگامی که دندان ها خیلی نزدیک به هم هستند یا در زوایای مختلف چرخانده می شوند، تمیز نگه داشتن آنها نیز دشوار است. مسواک نزدن و نخ دندان نکشیدن به خوبی به معنای احتمال بیشتر پوسیدگی و بیماری لثه می باشد.

در بدترین موارد، بیماران با دندان کج ممکن است دچار مشکل جویدن، درد فک و وضعیتی به نام اختلال مفصل گیجگاهی فکی (TMJ) شوند. بسیاری از مردم تمام زندگی خود را با دندان کج می گذرانند و هرگز به مشکل جدی مبتلا نمی شوند. هر موقعیتی منحصر به فرد است.

سخن پایانی

"دلایل متعددی برای کج شدن دندان های دائمی وجود دارد. با این حال، اغلب اوقات، اقدامی جدی لازم است تا آنها را کاملاً از موقعیت خارج کنند. بیماری لثه ممکن است باعث شل شدن دندان ها شود و ضربه ای به دهان ممکن است آنها را از جای خود خارج کند. یک دندان از دست رفته می تواند باعث شود بقیه دندان ها حرکت کنند تا شکاف ها را پر کنند. بسیاری از والدین نمی دانند که حفظ سلامت دندان های شیری چقدر مهم است. توصیه ما به شما این است که هر 6 ماه یک بار به دندانپزشک مراجعه کنید. در صورت بروز هرگونه مشکل برای دندان های کودکان، **کلینیک بارانا مشهد** در خدمت شما است."

سوالات متداول

آیا دندان های کودک در 7 سالگی صاف خواهند شد؟

این احتمال وجود دارد که با رشد فک کودک، دندان های او به مرور و بدون دخالت پزشک صاف شوند. اگر این اتفاق نیفتد یا ناهماهنگی دندانها شدید شود، ممکن است ارتودنسی نیاز داشته باشد.

رشد دندان کج کودکان طبیعی است؟

کج در آمدن دندان دائمی کودک بسیار رایج است و غیر عادی نیست. این مشکل ممکن است با رشد کودک اصلاح شود و اصلاً نگران کننده نیست. حتی در صورت برطرف نشدن نیز با مراجعه به پزشک قابل حل است.

چه سنی برای صاف کردن دندان های کج بهتر است؟

بهترین سن برای ارتودنسی و صاف کردن دندان ها زمانی است که دندان های دائمی شروع به رویش می کنند. در بیشتر موارد، این اتفاق در حدود سن هفت سالگی است.

آیا دندان کج در هر سنی قابل ترمیم است؟

داشتن دندان کج یا نامرتب ممکن است خجالت آور باشد و حتی ممکن است بر سلامت دندان شما تأثیر بگذارد. اما خوشبختانه بدون توجه به سن شما می توانید دندان های خود را مرتب کنید. بريس ها فقط برای بچه ها نیستند. حتی بزرگسالان بالای 50 سال نیز می توانند از درمان ارتودنسی بهره مند شوند.