

دانستنی های مهم درباره نخ دندان

بازدیدها 15 : بازدید

نخ دندان، یکی از وسایل کمکی برای مراقبت از دهان و دندان ها است که دندانپزشکان توصیه می کنند حداقل یکبار در روز از آن استفاده کنیم. اگر به طور صحیح و مداوم نخ نکشیم، جرم و پلاک دندان افزایش پیدا می کند و لثه ملتهب می شود. برای آشنایی با نحوه صحیح استفاده از نخ مخصوص دندان و معرفی بهترین برندهای موجود در بازار، تا انتهای مطلب با ما همراه باشید.



ما برای شما سلامتی و لبخند را به ارمغان می آوریم

تلفن تماس: ۰۹۱۵۷۶۰۹۰۰۹ - ۰۵۱۳۷۶۰۹۰۰۹

 Barana Dental Clinic
کلینیک دندان پزشکی بارانا

برای رزرو نوبت و تعیین وقت مشاوره رایگان روی بنر کلیک کنید.

آنچه در این مقاله خواهید خواند:

- 1) آموزش نحوه صحیح استفاده از نخ دندان
- 2) چرا باید از نخ دندان استفاده کنیم؟
- 3) انواع نخ دندان ایرانی و خارجی
- 4) بهترین برند نخ مخصوص دندان موجود در بازار
- 5) خونریزی لثه ها هنگام استفاده از نخ دندان
- 6) آیا نخ دندان کشیدن می تواند جایگزین مسواک زدن شود؟
- 7) آیا کشیدن نخ مخصوص دندان، سخت و زمان بر است؟
- 8) استفاده از نخ دندان بعد از ارتودنسی
- 9) سخن پایانی
- 10) سوالات متداول
- 11) دانلود pdf مقاله دانستنی های مهم درباره نخ مخصوص دندان

آموزش نحوه صحیح استفاده از نخ دندان

استفاده از نخ مخصوص دندان، مانند هر وسیله دیگری، اگر به درستی انجام نشود، می تواند باعث مشکلات دهان و دندان برای فرد شود. در ویدیوی زیر نحوه صحیح استفاده از نخ مخصوص دندان را می توانید مشاهده کنید.

چرا باید از نخ دندان استفاده کنیم؟

نخ مخصوص دندان وارد فضاهای باریک بین دندان ها می شود و علاوه بر رفع گیر غذایی، می تواند جرم و پلاک موجود بین دندان ها را از بین ببرد.

اگر تاکنون از نخ مخصوص دندان استفاده نکرده اید، بهتر است به فکر **جرم گیری دندان** مشهود باشید. این کار می بایست توسط دندانپزشک و در مطب یا کلینیک انجام شود. پس از انجام **جرم گیری**، می توانید با مشورت دندانپزشک، از نخ مناسب با وضعیت دندان های خود نیز استفاده کنید.



پلاک های ایجاد شده روی دندان ها، فقط با جرم گیری و بروساژ از بین می روند.

انواع نخ دندان ایرانی و خارجی

خوشبختانه نخ های دندان متنوعی تولید شده اند که برای افراد با شرایط دندانی مختلف مناسب هستند. در ادامه به معرفی مهم ترین انواع نخ های موجود در بازار می پردازیم:

1- نخ دندان بدون موم (Unwaxed floss)

این مدل برای دندان های به هم چسبیده بسیار مناسب بوده، اما احتمال پارگی آن نیز بالا است.

2- مدل مومی (Waxed floss)

ترکیبی از نایلون و پوشش موم مانند است، مقاومت بیشتری نسبت به نخ دندان بدون موم دارد و معمولاً برای دندان هایی که فاصله بین آن ها بیشتر است مورد استفاده قرار می گیرد.

3- مدل دنتال (Dental)

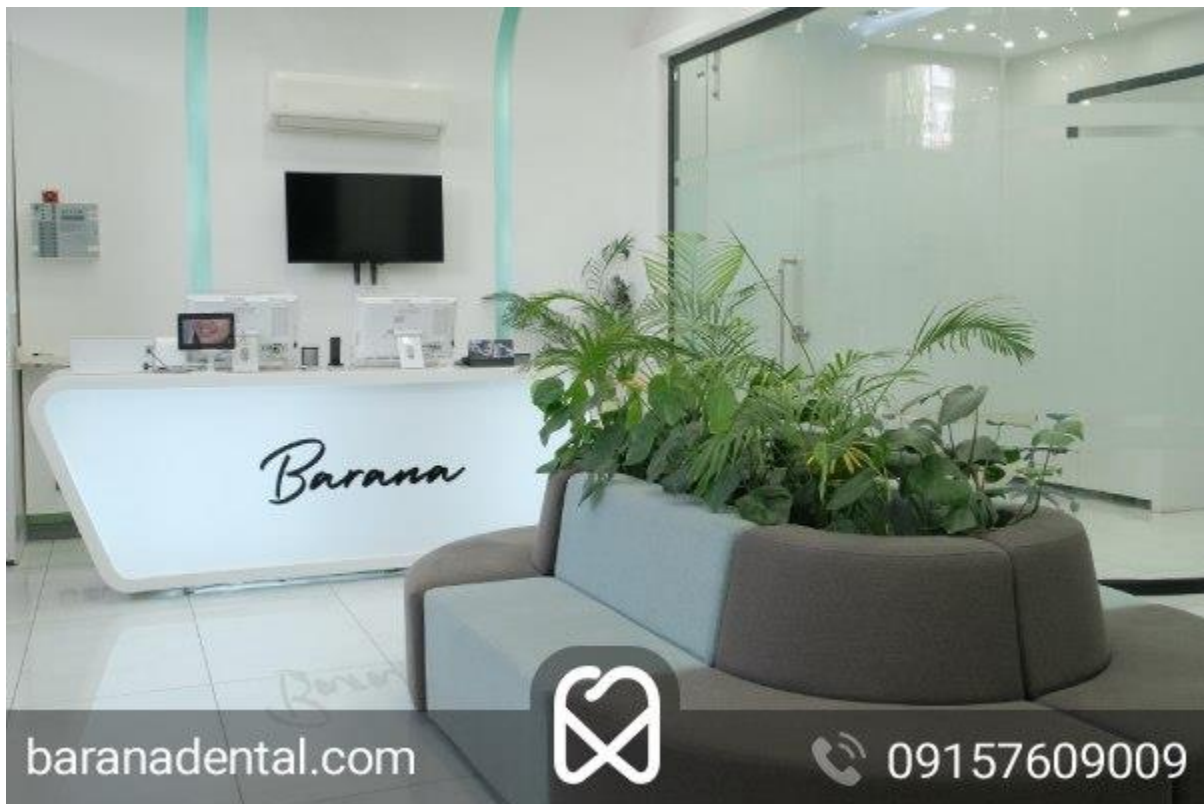
در دو نوع بدون موم و با موم تولید می شود و نسبت به سایر انواع نخ دندان، ضخیم و بلندتر است. این مدل، برای افرادی که دچار فاصله بین دندانی زیادی هستند توصیه می شود.

4- مدل Super flosses

معمولا برای افرادی که تحت درمان ارتودنسی قرار گرفته اند مناسب است و به آسانی بین بریس های دندانی حرکت کرده و جرم و پلاک ها را از بین می برد.

5- نخ دندان مدل (PTFE) یا پلی تترافلورو اتیل

جزو بهترین نخ هایی است که توسط شرکت های معتبر تولید می شود و خطر پارگی آن نسبت به سایر مدل ها کمتر است.



کلینیک بارانا ارائه دهنده خدمات دندانپزشکی در مشهد؛ با کیفیت بالا و قیمتی مناسب

بهترین برند نخ مخصوص دندان موجود در بازار

شرکت های مختلفی در حال تولید انواع نخ دندان هستند که پیش از این به مدل های مختلف آن اشاره شد. در میان برندهای خارجی می توان به «اورال بی» و «جی یو ام» و برندهای ایرانی نیز می توان به «بنسر» با عصاره نعنا، «مینا»، «های دنت»، «اورکلین» و «ارکید» اشاره کرد.



اورال  baranadental.com



 09157609009

بی و جی یو ام، جزو برندهای خارجی و پرطرفدار نخ های مخصوص دندان در ایران هستند. مقاومت و کیفیت نخ دندان های خارجی در مقایسه با نمونه های مشابه ایرانی بهتر هستند. با این حال شرکت های ایرانی نیز در سال های اخیر تلاش کرده اند محصولات قابل قبول و قیمت مناسبی را به بازار عرضه کرده تا مشتریان با هر توان مالی بتوانند این محصول را خریداری کنند.

خونریزی لثه ها هنگام استفاده از نخ دندان

ممکن است برخی افراد هنگام استفاده از نخ مخصوص دندان دچار خونریزی شوند. این موضوع نمی تواند دلیلی برای کنار گذاشتن آن باشد. در چنین شرایطی، بهتر است ابتدا توسط دندانپزشک معاینه شوید تا وضعیت لثه های شما مورد بررسی قرار گیرد. اگر بیماری لثه دارید، می بایست درمان خود را پیگیری کنید و تکنیک های صحیح استفاده از نخ مناسب دندان را از دندانپزشک خود جویا شوید.



خونریزی در دفعات اول استفاده از نخ مخصوص دندان طبیعی بوده و جای نگرانی نیست.

آیا نخ دندان کشیدن می تواند جایگزین مسواک زدن شود؟

یکی از اشتباهات رایج افراد در مراقبت از دهان و دندان ها، جایگزین کردن نخ و دهانشویه با مسواک است. این نکته را به خاطر داشته باشید که بهترین برند های موجود در بازار نیز نمی توانند جایگزین مسواک زدن شوند و باید در کنار آن و به صورت روزانه مورد استفاده قرار گیرند.

آیا کشیدن نخ مخصوص دندان، سخت و زمان بر است؟

ممکن است استفاده از نخ مخصوص دندان برای برخی افراد سخت باشد. البته اگر نحوه صحیح استفاده از آن را یاد بگیرید، این کار چندان هم مشکل نخواهد بود. با این حال، ابزاری Y شکل که به آن نخ دندان کمانی نیز گفته می شود، در بازار وجود دارد که بین دو دسته آن، یک تکه نخ کوچک قرار گرفته و به سادگی قابلیت حرکت بین دندان ها را دارد.



این

 baranadental.com



 09157609009

ابزار باعث کاهش زمان کشیدن نخ و تمیز شدن بهتر دندان ها می شود.

استفاده از نخ دندان بعد از ارتودنسی

در طول دوره درمان ارتودنسی می توانید از دو نوع نخ معمولی یا ابزار فلاس تریدرز (قلاب عبور دهنده نخ مخصوص دندان) استفاده کنید. برای این کار می توانید قلاب را از قسمت باریک آن زیر براکت ارتودنسی قرار دهید و به آرامی به بالا و پایین بکشید تا جرم و مواد غذایی موجود لای دندان خارج شود.

استفاده از نخ مناسب دندان در طول ارتودنسی بسیار مهم است و باعث داشتن لبخندی زیبا و جذاب بعد از برداشتن براکت ها می شود. همچنین با انجام مداوم این کار می توانید خطر بیماری های لثه و زردی دندان ها بعد از ارتودنسی که از جمله عوارض شایع بعد از این درمان هستند را تا حد زیادی کاهش دهید، زیرا یکی از مهم ترین فواید استفاده از نخ دندان، پیشگیری از تشکیل جرم و پوسیدگی دندان ها است.



برای

استفاده از نخ مخصوص دندان حین ارتودنسی از نخ دندان کمانی استفاده می شود.

کلینیک دندانپزشکی بارانا؛ معتبرترین دندانپزشکی مشهد با بهره مندی از حضور بهترین دندانپزشکان، آماده ارائه خدمات مشاوره و انجام کلیه خدمات درمانی و زیبایی از جمله ارتودنسی به مراجعه کنندگان عزیز است. شما می توانید برای دریافت نوبت معاینه رایگان و دریافت مشاوره همه روزه به جز ایام تعطیل از ساعت 9 الی 13 و 16 الی 20 با شماره های [05137609009](tel:05137609009) و [09157609009](tel:09157609009) تماس حاصل نمایید.

سخن پایانی

“استفاده از نخ دندان برای کودکان و بزرگسالان ضروری است و نباید جایگزین سایر روش های مراقبت از دهان و دندان شود. معمولاً دندانپزشکان توصیه می کنند یک الی دو نوبت در روز این کار را انجام دهید. شیوه صحیح استفاده از این محصول نیز بسیار مهم است و اگر حین انجام این کار درد دارید یا خونریزی شما بعد از چند روز متوقف نشد حتماً دندانپزشک را در جریان وضعیت خود قرار دهید”.

سوالات متداول

1- چه زمانی نخ دندان بکشیم؟

اغلب افراد شب ها قبل از خواب این کار را انجام می دهند، اما این نکته را به خاطر داشته باشید که اول نخ بکشید و سپس مسواک بزنید تا مواد غذایی خارج شده از لای دندان ها توسط مسواک پاک شود.

2- معیارهای انتخاب بهترین نخ مناسب دندان کدام است؟

مواردی مانند رایحه، طول نخ، میزان مقاومت در برابر پاره شدن و داشتن فلوراید، از جمله عوامل موثر در انتخاب بهترین نخ دندان هستند.

3- قیمت تقریبی نخ مخصوص دندان در بازار چقدر است؟

قیمت برندهای موجود در بازار از 20 هزار تومان تا 800 هزار تومان متغیر است.