



מאמר

צחצוח שיניים - מאיזה גיל ואיך לשכנע?

רגע לאחר שהגזים בבטן נעלמו והשאיירו מאחוריהם ענן לבן ורוגע, והילד ישן במיטתו כמעט לילה שלם אתם חושבים שהנה הגיע המנוחה. אך זה לא נגמר, בגיל שישה חודשים בערך הכאבים שבים לתקוף, הפעם בשל תחילת תהליך בקיעת השיניים דבר המדאיג את ההורים ומדיר שינה מעיניהם ומעיני ילדיהם.

"תהליך בקיעת השיניים מתחיל בגיל חצי שנה, אך יכולות להיות סטיות למטה ולמעלה. התהליך יכול להתחיל כבר בגיל שלושה חודשים ברף התחתון עד גיל שנה וארבעה חודשים ברף העליון. כל זאת בגבולות התקין. כאשר התהליך מסתיים בסביבות גיל שלוש". אומר ד"ר אייל בוצר, מנהל מרפאת השיניים לפעוטות, ילדים ובני נוער ² המרכז לבריאות הפה ת"א, איכילוב. ולוקח אותנו לסיור מודרך בעולמם של קריוס ובקטוס.

אניגמה בשיניים

הורים רבים טוענים כי קיים קשר ישיר בין בקיעת שיניים להופעת חום ושלשולים, עניין אשר נשאר בגדר חידה. ד"ר בוצר מסביר, "השיניים מתחילות לבקוע בגיל בו מערכת החיסון של הילד מתחילה להתפתח ולכן יש לו זיהומים ווירוסים שונים. מכאן נובע הבלבול ולמעשה כל דבר קושרים לשיניים. חשוב לציין שכל המחקרים שניסו להראות קשר חד משמעי בין בקיעת שיניים לתופעות שונות לא הצליחו לקבוע תשובה חד משמעית". אי לכך, ההכרעה מי צודק כנראה לא תבוא על פתרונה בזמן הקרוב, אך לגבי הכאב הדעות אינן חלוקות "יכול בהחלט להיות כאב- נמצאו באזור בו השן בוקעת חומרים שיכולים לגרום לכאב, ואף לעלייה קלה בחום. אך ישנם חומרים שמקלים על הכאב על ידי כך שהם מרדמים מקומית את האזור בו בוקעת השן כגון: אנדנט וטיג'ל. התכשירים יעילים למס' דקות כך שניתן למרוח אותם כשהילד הולך לישון וזה יקל עליו להירדם. כמו כן, ניתן להשתמש בנשכנים אשר יקלו על הכאב, אך יש לשים לב כי הנשכן לא קר מידי על מנת להימנע מכוויות קור".

לצחצח מהשן הראשונה

באם חשבנו כי קריוס ובקטוס אינם תוקפים את שיני ילדנו הצעירים, ד"ר בוצר קודח את האשליה המתוקה. "אחת התופעות הנפוצות היא עששת של הגיל הרך- אשר עלולה להופיע בתינוקות המשתמשים בתדירות גבוהה בבקבוק המכיל נוזל שאינו מים, או תינוקות, היונקים בלילה ללא הפסקה. הסימנים הראשונים של עששת זו הם: פלאק ולבן. ניתן לזהות את העששת אם על השן מופיע כתם גירי והשן שונה מצבעה הרגיל. בנסיין לנקותה הכתם אינו יורד. בשלב הבא נוצרת שבירה של חלקות השן ונוצר מעין חיספוס, זהו שלב בלתי הפיך. לכן, ההמלצה היא לא לתת לתינוקות לאכול כל היום".

תופעה נוספת אליה מבקש להתייחס ד"ר בוצר הינה פגמים בשיניים - התאים שיצרו את השן לא עשו עבודה טובה כל כך. השן יצאה עם איזה שהוא פגם: כתם לבן, כתם חום או שקע בשן. הפגמים האלה הם נקודות חולשה בשן. כאשר יש על השן חיידקים ומתחיל להתפתח תהליך עששת הוא יתפתח יותר מהר ויותר בקלות. לכן אם יש לנו שיניים עם פגמים פלוס תדירות אכילה גבוהה, יש לנו ילד שמצב שיניו הרבה יותר חמור".

אין מפתיע הדבר שלשאלה מתי כדאי להתחיל לצחצח עונה ד"ר בוצר בלא היסוס "מהרגע שבוקעת השן הראשונה. בשלב הראשון הניקוי היותר יעיל הוא על ידי גאזה או חיתול בד.

אפשר וצריך להתחיל לחנך את הילדים למברשת, להרגיל אותם שההורים הם אלה שמנקים להם את השיניים". ומה לגבי משחת שיניים? במשחה יש פלואוריד ועודף של פלואוריד תינוק במשקל מאוד נמוך יחסית, יכול לפגוע בשיניים הקבועות שמתפתחות (השיניים הקבועות מתחילות להתפתח חלקם מהלידה וחלקם בגיל ארבעה חודשים והן בוקעות רק בגיל שש שבע). לכן יש להקפיד ולהשתמש במשחות המיועדות לילדים ובנוסף כמות המשחה צריכה להיות מזערית".

סרבן צחצוח

הילד לא מסכים לצחצח מה עושים? ד"ר בוצר מסביר "בדרך כלל הסירוב יתחיל להתפתח בסביבות גיל שנה פלוס. אך, אם הילד יודע שאין לו ברירה, כך הוא גדל, בדיוק כמו לשבת בכסא בטיחות ברכב הוא יודע שזה חשוב להורים, הוא בסופו של דבר מקבל את זה. זה החינוך, העבירו את המסר שזה חשוב, והמסר יעבור".

לביקור הראשון במרפאה מזמין אתכם ד"ר בוצר החל מרגע בקיעת השיניים ועד גיל שנה. הסיבה לכך היא מניעת סיכונים מיותרים, כאשר קיים מצב בו ל - 10% מהילדים יש עששת של הגיל הרך.

בגילאים האלה יש להקפיד כי יראה את הילד רופא מומחה מפני שרופא השיניים הכללי, לא קיבל הכשרה מספקת, איך לטפל בילדים מתחת לגיל שנתיים".

עצות לבנות כשלג

ד"ר בוצר מסכם עבורנו את הנקודות החשובות אשר יעזרו לנו לשמור על היגיינית הפה של ילדנו:

1. עדיף מוצץ על אצבע כי אם הילד יתרגל לאצבע יהיה מאוד קשה לגמול אותו מן ההרגל. מציצת אצבע או מוצץ לאורך תקופה ממושכת עלולה לגרום לעיוות של מבני הלסתות והשיניים.

2. על האם לעבור טיפולי שיניים - אחרי הלידה ולפני שבועות לילד השיניים (החיידקים מהאם עלולים לעבור לילד).

3. יש להתחיל לנקות את השיניים מהשן הראשונה.

4. יש לעבור ביקורת אצל רופא השיניים מרגע שבוקעת השן הראשונה ועד גיל שנה.

5. מגיל אפס אין להרגיל את הילד לנוזלים מתוקים, כך אנו יוצרים ילדים עם נטייה למתוק.

6. התדירות בה החיידקים מקבלים סוכרים משפיעה על העששת (סוכרים נמצאים בכל

מזון שהתינוק אוכל: חלב אם, פורמולה, פירות) שילוב של חיידקים עם תדירות גבוהה של אכילה וקיבלנו עששת.

לסיום באם תהיתם על שום מה ההיסטריה הרי בין כה מדובר בשיניי חלב שיתחלפו, ד"ר בוצר מרביץ בכם תורה "השיניים החלביות הן הבסיס לשיניים הקבועות. מעבר לכאבים שיהיו לילד מהחורים ברגע שהעששת תגיע לעצב. אם אנחנו עוקרים שן לא יהיה מקום לשיניים הקבועות. הקשת של השיניים תתקצר ואנחנו כמעט מחייבים את הילד לעבור יישור שיניים. בנוסף אם השן הקבועה מתפתחת בתוך דלקת התוצאה כמובן היא פגומה גם היא". לכן אם אתם רוצים לחסוך מילדכם להסתובב שנתיים עם ברזלים בשיניים, זכרו זאת בכל פעם שאתם דואגים שיצחצח.

נכתב על ידי יפית בן נון