

פרופ' דצ'ון הולן - מומחה ברפואת שיניים לילדים

צמ וצולמן 3, אבצת אול, ירושלים 9546303

02-6449622

כמה דברים שכדאי לדעת על השיניים בגיל 6

איטום חריצים: טיפול למניעת עששת בשיניים טוחנות. כל השיניים שנמצאות בפה עד גיל 6 הן שיני חלב. בגיל זה בוקעות 4 שיניים טוחנות חדשות. אלה הן שיניים קבועות שנשארות בפה כל החיים. הן אינן מחליפות שיני חלב, אלא בוקעות בסוף שורת השיניים מאחורי שיני החלב האחרונות. לרוע המזל, צורת השיניים הטוחנות האלה מקשה מאוד על הניקוי. באמצע החלק העליון של השן, עליו אנחנו לועסים, יש חריץ צר ועמוק. אפילו צחצוח שיניים יסודי לא יצליח לסלק את כל החיידקים ושאריות האוכל מעומק החריץ. הקושי לנקות עלול לגרום בתוך זמן קצר לעששת בחריצים ולצורך בסתימה. אפשר למנוע את העששת על ידי **איטום חריצים**. בטיפול זה מורח רופא השיניים חומר פלסטי לבן על החריצים, החומר מתקשה על השן והופך להיות חלק בלתי נפרד ממנה. החומר נשאר על השן למשך שנים רבות ומונע מחיידקים ושאריות של אוכל להיכנס לעומק החריץ. הטיפול בכל שן נמשך דקות ספורות, הוא אינו מכאיב ולכן אין צורך להרדים את השיניים. בגיל 6 יש ארבע שיניים שמתאימות ל**איטום חריצים**. בגיל 12 בערך תבקענה שיניים נוספות בהן מומלץ לבצע את הטיפול המונע.

חוץ מהשיניים הטוחנות בוקעות בגיל שש עוד שיניים קבועות, **שיניים חותכות**, הן בוקעות בלסת התחתונה מלפנים. בדרך כלל נופלות שיני החלב לפני שיוצאות **השיניים החותכות הקבוצות**. לפעמים קורה ששיני החלב עדיין לא נשרו ו**השיניים החותכות הקבוצות** בוקעות מאחוריהן. כאשר שיני החלב מתנדנדות, הן לא מפריעות ל**שיניים הקבוצות** להגיע למקומן ולכן לא צריך להתערב ואפשר לתת להן ליפול לבד. אחרי ששיני החלב יפלו תדחוף הלשון את **השיניים הקבוצות** למקומן. יש צורך להוציא את שיני החלב רק אם הן יציבות כאשר **השיניים החותכות הקבוצות** הגיעו לאותו גובה כמו שיני החלב.

שטיפות פה עם פלאואורי?

פלאואורי ידוע מזה שנים רבות כחומר מונע עששת (חורים בשיניים). לכן משחות שיניים רבות מכילות **פלאואורי**. שטיפת פה בעזרת נוזל שמכיל **פלאואורי** היא אחת הדרכים היעילות ביותר למניעת עששת.

אופן השימוש: יש לשטוף את הפה במשך דקה אחת ב-10 מ"ל של תמיסת **פלאואורי**. את השטיפה יש לבצע כל ערב אחרי צחצוח שיניים.

זהירות! בליעה של **פלאואורי** עלולה להזיק. חשוב לירוק את כל החומר לאחר השטיפה ולא לבלוע אותו. חשוב לשמור את הבקבוק הרחק מהישג ידם של ילדים. מקובל לחשוב שרק ילדים בני 6 שנים ומעלה מסוגלים לשטוף את הפה בלי לבלוע, ולכן מומלץ להתחיל את השטיפות רק מגיל 6. בליעה חד-פעמית של 10 מ"ל של תמיסת **פלאואורי** אינה מסוכנת ולכל היותר תגרום מעט כאב בטן. במקרה כזה אפשר לתת לילד כוס חלב או מאכל אחר עשיר בסידן. בליעה של כמות גדולה יותר מצריכה התייעצות עם רופא שיניים או רופא הילדים. **בחירת התמיסה:** בבתי המרקחת (ואפילו בסופרמרקט) ניתן למצוא מגוון בקבוקים עם תמיסת **פלאואורי** שמיועדת לשטיפת פה. יש לבחור בתכשירים שמיועדים למנוע עששת (כמו: ACT, דנטי-X, אלמקס וקולגיט) ולא נגד דלקות חניכיים. התמיסות מיוצרות במגוון טעמים וניתן להתאים את הבחירה לטעמו של הילד. בחלק מהתמיסות מרגישים בהתחלה טעם מעט חריף, אבל הניסיון מלמד שרוב הילדים מתרגלים לטעם בתוך זמן קצר.

בברכת שיניים בריאות,

פרופ' דצ'ון הולן

