

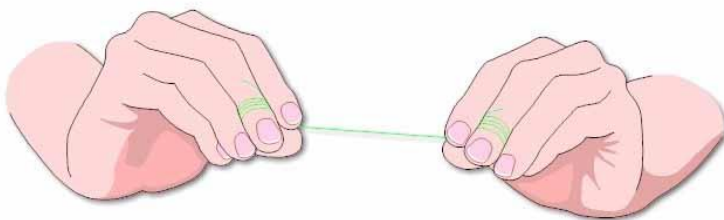
לנקות בחוט דנטלי כבר בגיל 4?

כן!!! ואולי אפילו בגיל צעיר יותר. השימוש בחוט דנטלי אינו תלוי בגיל אלא במצב השיניים.

הסבר:

כדי למנוע עששת, חשוב לסלק מהשיניים את הפלאק (רובד החיידקים שמצטבר עליהם והולך ומתעבה עם הזמן). כאשר שיניים צמודות זו לזו, המברשת אינה יכולה לנקות את כל שטחי הפנים של השיניים.

עששת (=חורים בשיניים) מתפתחת באותם המקומות בשיניים אליהם המברשת לא מצליחה להגיע ולסלק את הפלאק. אחד המקומות הוא החריץ העמוק בשטח הלועס של השן. שם יודע רופא השיניים לבצע טיפול מונע שנקרא "איטם חריצים" (לקריאה נוספת על איטום חריצים לחץ כאן). המשטח האחר הוא זה המוסתר על יד השן הסמוכה ונראה רק בתצלום רנטגן (ראו קישור: תצלומי רנטגן בילדים). המברשת מנקה את השיניים מצד הלחי, מצד הלשון ואת המשטח העליון עליו אנחנו לועסים, אבל אינה יכולה לנקות את משטח השן שצמוד לשן הסמוכה. כאן בא לעזרתנו החוט הדנטלי. החוט דק ויכול להיכנס בין השיניים. יש לנקות את השיניים בחוט דנטלי פעם אחת ביום בערב. ישנם כמה סוגים של חוט דנטלי (ראו איורים) שכולם מבצעים את אותה הפעולה של ניקוי המשטח המוסתר.



ההתקנים באיורים שלמעלה מופיעים בצורות שונות ונוחים יותר לשימוש בהשוואה לחוט שנחתך מתוך סליל. את קצות החוט יש לגלגל על האמה (האצבע האמצעית בכל יד) (ראו איור).

כיוון שהשיניים צמודות זו לזו קשה לפעמים להעביר ביניהן את החוט. חשוב שלא לדחוף את החוט בכוח בין השיניים מחשש לפגיעה בחניכיים כאשר החוט יצליח סוף-סוף לעבור. במקום זאת יש להניח את החוט על המרווח שבין השיניים ולבצע תנועות הלך-ושוב, כמו בפעולת ניסור, עד שעוברים את המגע ההדוק שבין השיניים. אז מחליקים את החוט על פני השטח של שן אחת ושוב על פני השטח של השן הסמוכה ומוציאים את החוט מבין השיניים. פעולה זו מפרידה את רובד החיידקים מהשן ובכך מעכבת את התפתחות העששת. על פעולה זו יש לחזור מידי יום.

על הדרך הנוחה לנקות את השיניים לילדים **ראה ב"הברשת שיניים לילדים"**.