

עששת ההנקה והבקבוק

עששת ("חורים בשיניים") היא מחלה בה החומר הקשה של השיניים (אמייל ודנטין) הופכים לחומר רך ומלא בחיידקים שצבעו לרוב חום. לצורך היווצרות עששת יש צורך בשילוב של שלושה גורמים: שיניים חיידקים ופחמימות (סוכרים). החיידקים הופכים פחמימות לחומצה שממיסה את החומר הקשה של השן. חיידקים מסוגלים ליצור חומצה גם מחלב פרה, חלב אם ותחליפי חלב למיניהן שמכילים מאבקות.



אי אפשר למנוע מצב בו שיניים, חיידקים וסוכר נמצאים ביחד, אבל אפשר לצמצם את משך הזמן הזה. ככל ששלושת הגורמים נמצאים ביחד זמן ממושך יותר – גדלים הסיכויים שתפתח עששת.

אחד הגורמים שמאריכים את הזמן בו שיניים חיידקים וסוכר נמצאים ביחד הוא ההנקה והשתייה מבקבוק לאחר ששיני החלב החלו לבקוע.

נראה שהנקה לבד לא תגרום לעששת. אולם, כאשר מוסיפים לתזונת התינוק מאכלים נוספים שמכילים פחמימות, תזיק גם ההנקה לשיניים. כיום נוטות אמהות רבות להניק עד גיל מאוחר והרבה אחרי בקיעת השיניים.



העששת תראה בעיקר בשיניים עליונות ולעיתים רחוקות בשיניים תחתונות. הסיבה לכך היא הלשון, שבזמן היניקה או השתייה מבקבוק נדחפת קדימה ומכסה את השיניים התחתונות.

תפקיד הרוק: לרוק יש יכולת לנטרל את החומצה שיוצרים החיידקים ולהפחית בכך את הסיכון לעששת. הבעיה היא שכאשר התינוק נרדם ישנה הפסקה בהפרשת הרוק. ואם התינוק נרדם עם הבקבוק או בעת היניקה, ישנה עליה תלולה בסיכון לעששת.

אין בדברים המובאים כאן כל כוונה להמליץ על הפסקת הנקה בגיל צעיר, אלא רק להמליץ על התנהגות מסוימת שתפחית את הסיכון לעששת.

דרכי התמודדות:

- לא לאפשר לתינוק להמשיך לישון אם נרדם תוך כדי האכלה. לאחר ההנקה או ההאכלה מבקבוק יש לסלק מפי התינוק את שאריות החלב על ידי מגבת או מטלית לחה ולהבריח את השיניים.

- לא לתת לתינוק למיטה בקבוק עם משקה ממותק, חלב, פורמולות של תחליפי חלב, שוקו, תה צמחים וכו'. יש להכניס לבקבוק מים בלבד ללא כל תוספת שהיא.