

رهنمای دندان مصنوعی برای صحت شما



ODS Community Dental

odscommunitydental.com

ODS Community Dental از قوانین حقوق مدنی فدرال پیروی می کند و به اساس نژاد، رنگ پوست، ملیت، سن، ناتوانی یا جنسیت تبعیض قائل نمی شود.

ATENCIÓN: Si habla español, hay disponibles servicios de ayuda con el idioma sin costo alguno para usted. Llame al 1-877-605-3229 (TTY: 711).

注意：如果您說中文，可得到免費語言幫助服務。請致電 1-877-605-3229 (啞人專用：711)

محصولات بیمه در Oregon توسط ODS Health Plan ارائه می شوند

دندان مصنوعی جدید شما

دندان مصنوعی جایگزین دندان های از دست رفته می شود و لبخند شما را بهبود می بخشد. داکتر دندان شما درباره بهترین پلان معالجوی دندان مصنوعی با شما صحبت خواهد کرد. انواع مختلفی از دندان مصنوعی وجود دارد و تجربه شما بسته به نوع دندانی که داکتر دندان تان پیشنهاد می دهد متفاوت خواهد بود.

انواع دندان مصنوعی

- **دندان مصنوعی جایگزین:** مجموعه جدیدی از دندان مصنوعی که جایگزین دندان مصنوعی فعلی شما می شود. با گذشت زمان، دندان مصنوعی فرسوده می شود و بیره ها ممکن است تحلیل بروند. در این صورت، داکتر دندان، دندان مصنوعی جایگزین را توصیه می کند.
- **دندان مصنوعی معمولی:** پس از کشیدن دندان ها، تا زمان ساخت دندان مصنوعی توسط داکتر دندان تان، بدون دندان خواهید بود. دندان مصنوعی معمولی برای مریض هایی ساخته می شود که مدت طولانی بدون دندان بوده اند. همچنین برای کسانی ساخته می شود که اخیراً دندان های خود را کشیده اند و دهن شان کاملاً بهبود یافته است.
- **دندان مصنوعی فوری:** از قبل ساخته می شود و بلافاصله پس از کشیدن دندان در دهن قرار می گیرد. داکتر دندان شما به شما خواهد گفت که پس از کشیدن دندان ها چگونه از دهن خود مراقبت کنید. رعایت دقیق دستورات آنها بسیار مهم است.

همزمان با بهبود دهن پس از کشیدن دندان، بیره هایی که دندان مصنوعی را نگه می دارند تحلیل می روند. این تغییرات ممکن است برای چندین ماه ادامه یابند. در این مدت، مراجعه منظم به داکتر دندان بسیار مهم است.

حقایق درباره دندان مصنوعی

- دندان مصنوعی پایینی توسط عضلات لب، زبان و کومه ها در جای خود نگه داشته می شود، بناً به اندازه دندان مصنوعی بالایی، محکم احساس نمی شود.
- معمولاً تسلط یافتن بر استفاده از دندان مصنوعی پائینی 4 الی 5 برابر بیشتر از دندان مصنوعی بالایی زمان می برد.
- عادت کردن به دندان مصنوعی نیاز به زمان و صبوری دارد. به خاطر داشته باشید که بافت بیره تغییر می کند، نه خود دندان مصنوعی. بعضی مریض ها ممکن است برای تنظیمات، به چندین مراجعه ضرورت داشته باشند.
- افزایش یا کاهش وزن بدن می تواند باعث تغییر در اندازه مناسب دندان مصنوعی شود.
- داکتر دندان شما می تواند به سوال هایی که درباره دندان مصنوعی دارید پاسخ دهد. اگر احساس ناراحتی می کنید، داکتر دندان می تواند دندان مصنوعی شما را بررسی کرده و در صورت ضرورت، آن را تنظیم یا بازسازی کند.



عادت کردن به دندان مصنوعی

مهم است بدانید که بیره ها و استخوان فک شما

برای پشتیبانی از دندان های پلاستیکی طراحی

نشده اند، بناً ممکن است با دندان مصنوعی جدید

احساس راحتی نکنید. ممکن است وقتی عضلات

کومه و زبان برای نگه داشتن آن کوشش می کنند،

احساس کنید که این عضلات شُل استند. ممکن

است تحریک یا درد خفیف داشته باشید و بزاق تان

افزایش یابد. ممکن است هنگام استفاده از دندان

مصنوعی، کومه یا زبان تان را گاز بگیرید.

برای خوردن با دندان مصنوعی به تمرین و

صبوری نیاز است. با غذاهای نرم که به قطعات

کوچک توته شده اند شروع کنید. به آرامی بجوید

و از هر دو طرف دهن بطور همزمان استفاده

کنید تا دندان مصنوعی جا به جا نشود. با دندان

های جلویی گاز نزنید. زیرا این کار می تواند

باعث کج شدن و شل شدن دندان مصنوعی شود. با

عادت کردن به آن، به تدریج سائر غذاها را اضافه

کنید تا به رژیم غذایی معمولی خود بازگردید.

صحبت کردن با دندان مصنوعی جدید نیز نیاز به

تمرین دارد. با صدای بلند بخوانید و کلیمات دشوار

را جلوی آینه تکرار کنید. آهسته صحبت کنید تا از

تولید صدای مبهم، صدای بَم یا نامفهوم جلوگیری

شود. ممکن است ابتدا هنگام گفتن حرف «س»،

سر زبانی حرف بزنید یا صدای اشپلاق تولید کنید.

هنگام خندیدن، سرفه یا لَبخند ممکن است دندان

مصنوعی از جای خود خارج شود. با گاز گرفتن

آرام و بلعیدن، آن را به جای خود برگردانید.

اگرچه دندان مصنوعی شما بطور اختصاصی برای

دهن شما ساخته شده، اما داکتر دندان ممکن است در

دوران عادت کردن به آن، چسب مخصوص دندان

مصنوعی را توصیه کند. به یاد داشته باشید که چسب

دندان مصنوعی صرف یک راه حل موقتی است.

اقدامات پس از قرار دادن دندان مصنوعی

- غذاهای نرم و سالم مانند پوره کچالو،

سوپ، تخم مرغ یا پنیر کاتیج بخورید.

- مراقب غذاهای داغ باشید. بخش پلاستیکی دندان مصنوعی ممکن است باعث شود در بعضی نقاط دهن حرارت غذا را احساس نکنید.

- همزمان از هر دو طرف دهن برای جویدن استفاده کنید.

- ساجق نجوید، چون به دندان مصنوعی می چسبد.

مراقبت از دندان مصنوعی

دندان مصنوعی همانند دندان طبیعی باید پاک نگه

داشته شود تا دهن شما سالم بماند و بوی بد نگیرد.

داکتر دندان به شما آموزش می دهد که چگونه از آن

مراقبت کنید. نکاتی برای مراقبت از دندان مصنوعی:

- سطوح داخلی و خارجی دندان مصنوعی را صبح و شب برس بزنید. از محلول شست و شوی مخصوص، صابون مایع یا کریم دندان مخصوص دندان مصنوعی، جهت برس کردن استفاده کنید.
- شب ها دندان مصنوعی خود را دربیاورید. دندان مصنوعی نباید هنگام خواب استفاده شود.
- زمانی که از دندان مصنوعی استفاده نمی کنید، آن را در آب یا محلول شست و شوی مخصوص نگه دارید. این کار کمک می کند تا شکل آن حفظ شود و خشک نشود.
- از آب داغ برای دندان مصنوعی استفاده نکنید. ممکن است تغییر شکل دهد.
- از پودرهای زیر برای پاک کردن آن استفاده نکنید. ممکن است سطح آن را خراشیده یا موادش را از بین ببرد.
- برای از بین بردن لکه ها از مواد پاک کننده زیر یا سفید کننده استفاده نکنید. ممکن است رنگ گلابی که مانند بیره است را تغییر دهد.
- دندان مصنوعی را خودتان تنظیم یا دستکاری نکنید. ممکن است آن را خراب کنید و به دهن تان آسیب بزنید.

بازسازی دندان مصنوعی

دندان مصنوعی لق، جویدن را دشوارتر می کند

و ممکن است باعث تحریک، زخم یا عفونت در

دهن شود. اگر دندان مصنوعی شما لق است، به

داکتر دندان مراجعه کنید. ممکن است نیاز به

بازسازی موقت یا بازسازی در لابراتوار باشد.

بازسازی موقت در معاینه خانه و در حضور

شما انجام می شود. این کار معمولاً در دوره

بهبود اولیه انجام می شود. داکتر دندان ماده ای

نرم به زیر دندان مصنوعی اضافه می کند. این

کار باعث می شود که دندان مصنوعی محکم تر

احساس شود. زمانی که به بازسازی در لابراتوار

ضرورت باشد، این ماده برداشته می شود.

بازسازی در لابراتوار دندانسازی انجام می شود.

باید دندان مصنوعی خود را الی 8 ساعت نزد

داکتر دندان بگذارید. داکتر دندان هرگونه بازسازی

موقت را بر می دارد و از فضای بین بیره و دندان

مصنوعی، قالب گیری می کند. سپس بازسازی

دائمی با همان ماده ای که قسمت گلابی رنگ

دندان مصنوعی از آن ساخته شده، انجام می شود.

بازسازی معمولاً ظاهر دندان مصنوعی یا صورت

شما را تغییر نمی دهد. بازسازی باعث نمی شود

دندان مصنوعی پائینی محکم تر شود، اما باعث

می شود که بافت ها را بهتر در بر بگیرد.