

מניעת בעיות שיניים מגיל צעיר: שימו לב לחניכיים

מחלת חניכיים בגיל צעיר עלולה להביא לאובדן מלא של השיניים ולסדרה ארוכה של טיפולים לאורך שנים. אבחון מוקדם יביא לריפוי מיטבי וימנע עוגמת נפש והוצאות כספיות - מי נמצא בקבוצת הסיכון? ומהן דרכי המניעה? התשובות כאן בכתבה

ד"ר עופר אלטברגר, בשיתוף zap doctors / 26/01/2022



איך שומרים על הילד? (צילום: Shutterstock, Dmitry Kalinovsky)

קישורים מקודמים ע"י טאבולה

אולי יעניין אותך

"כאבא לילד שאני כל כך אוהב, הלב פשוט נשבר"

להושיט יד

בלי סקוץ', דלי או סבון-ככה תנקה את כל הבית ב5 דקות בלבד

"זה המוצר שעזר לי להפסיק לנשנש"

בריאותלי

מידע נוסף

דוגמנית חשפה בטעות את החזה שלה בתצוגת האופנה - וזו אמירה עוצמתית אופנה

מחלת חניכיים אנגרסיבית בקרב בני נוער היא תופעה שקיימת, ואם אינה מאובחנת ומטופלת במועד היא עלולה להחמיר ולהביא לנזק בלתי הפיך ולאובדן מלא של השיניים בגיל הצעיר. כל אדם נמצא בסיכון למחלת חניכיים אך הסיכויים לחלות במחלה עולים אם קיימת נטייה תורשתית לכך. יחד עם זאת אבחון מוקדם ובפרט אבחון שמבוצע טרם ביצוע טיפולי יישור שיניים יביא לריפוי מיטבי וימנע סבל רב.

כיצד מאבחנים מחלת חניכיים?

אבחון מחלת החניכיים נעשה על ידי רופא השיניים המטפל ובשני שלבים - ראשית, רופא השיניים בודק אם ישנה עדות לדלקת חניכיים, שאינה מרמזת על מחלת חניכיים אך מצריכה טיפול - חניכיים ורודות מעידות על מצב בריא ואילו חניכיים אדומות ומבריקות מעידות על דלקת. שנית, רופא השיניים בודק את עומק הכיסים במטרה לאתר נסיגת חניכיים שמביאה לאובדן התמיכה בשן.

קישורים מקודמים ע"י טאבולה

אולי יעניין אותך

- [< ביקיני ג'ינס הוא הטרנד הלוהט של הקיץ - אבל איך מסתדרים איתו במים?
אופנה](#)
- [< סלמה הייק שוברת את הרשת בביקיני זעיר
אופנה](#)
- [< האם בי-קיוור לייזר מתאים לכם? ככה תדעו למי המכשיר מתאים ולמי לא
בית ללא כאבים](#)
- [< הפיצוח של השנה: נוסחה יחידה עם 4 סוגי מגנזיום להפחתה במשקל
בריאותלי](#)

נסיגת חניכיים היא סיבה לדאגה

כדי לבחון אם ישנה עדות לנסיגת חניכיים רופא השיניים בוחן את עומק הכיסים - כיס בעומק של שלושה מילימטרים מוגדר ככיס תקין ואינו מצריך טיפול ואילו כיס עמוק יותר בטווח של שישה עד שבעה מילימטרים מאותת על בעיה אשר גורמת לנסיגת חניכיים (היפרדות החניכיים מהשן) ולאובדן תמיכה בשן. כדי להעריך את חומרת המחלה יש לפנות למומחה חניכיים לביצוע בדיקה יסודית שמטרתה לבחון אם ישנה מחלת חניכיים אגרסיבית.

איך נזהה בעיה? (צילום: Shutterstock)

מחלת חניכיים אגרסיבית מחמירה את הנסיגה ומביאה למצב בלתי הפיך

מחלת חניכיים גורמת לספיגת עצם הלסת ומכאן לאובדן התמיכה בשורשי השן. המחלה נוצרת עקב הצטברות של חיידקים בכיסים העמוקים וכתוצאה מהגעה של תאי דם לבנים, נספגת עצם הלסת עד ששורשי השן מאבדים מאחיזתם והשן מתנדנדת - כאמור מחלה שמאובחנת בשלבים המוקדמים ניתנת לריפוי מיטבי.

גורמי הסיכון למחלת חניכיים

היגיינת פה לקויה, עישון והיעדר שגרה טיפולית מהווים שלושה גורמי סיכון מרכזיים למחלת חניכיים אגרסיבית. ניתן למנוע את מחלת החניכיים בעזרת צחצוח שיניים יום יומי נכון שאורך

לפחות שלוש דקות וכולל שימוש בכלי ניקוי שונים כמו מברשת חשמלית, קיסם מבריש, מברשת בין שינית או חוט דנטלי.

נוסף לכך, חשוב להקפיד ולהגיע לטיפול הסרת אבנית קבועים אצל השיננית. כך מאפשרים ניקוי יסודי שנעשה באמצעות מכשור מתקדם, שומרים על השיניים ומסירים את האבנית. השיננית אף משמשת כמדריכה להיגיינת הפה ומסייעת בהקניית הרגלים בריאים.

עישון כגורם משמעותי למחלת חניכיים

עישון הוא גורם סיכון נוסף, שפוגע במערכת החיסונית ומביא לכך שחיידקי הפה, זוכים לחופש פעולה רחב יותר שתוצאתו בלתי הפיכה ומביאה להרס של החניכיים. זו הסיבה שהפסקת העישון היא הפעולה המניעתית המיידית המתבקשת.

בהקשר זה יש לציין שבדיקה רופא שיניים בתדירות חצי שנתית תאפשר לאבחן מבעוד מועד את המחלה ואף לטפל בה באמצעות טיפול משולב הכולל הסרת אבנית ונטילת אנטיביוטיקה.

לסיכום, בשונה מחורים בשיניים שנחווים ככאבים עזים המפריעים לשגרה מחלת החניכיים היא סמויה, מתפתחת בחלל הפה ללא תחושה של כאב חד ומביאה לאובדן מלא של השיניים. כשמחלת חניכיים מתגלה בגיל צעיר ואינה מטופלת בזמן ובפרט אם נעשה טיפול יישור שיניים - לא יהיה מנוס מלעקור את השיניים ולבצע השתלות דנטליות פעם בעשור. בשל כך ישנה חשיבות רבה לאבחון ולטיפול במחלת חניכיים עוד בטרם מבצעים טיפול ליישור השיניים.

אם אתם סובלים מדימום קל בעת הצחצוח, ריח רע מהפה וכאשר נראית נסיגת חניכיים - גשו לרופא השיניים לאבחון מקדים וכך תוכלו להציל את השיניים הטבעיות. הורים שילדיהם אינם מקפידים על צחצוח שיניים יום יומי יוכלו לסייע בשמירה על היגיינת הפה באמצעות טיפול לניקוי פלאק והקפדה על בדיקות תקופתיות אצל רופא השיניים והשיננית.

הכותב הוא [ד"ר עופר אלטברג](#) מנהל מרפאת חיוך ראשון, בראשון לציון אשר מעניקה מעטפת טיפולי שיניים מקיפים בידי מומחים לכל המשפחה. לפרטים נוספים ולקביעת תורים, צלצלו: [077-8052069](tel:077-8052069)