



**ortonorm**  
ortodonti tedavi merkezi

*e-bülten*

**Ağustos 2007- 5**

**Ortodontist**

**Dr. Med. Dent.  
Benan OĞUZ**

**Dr. Med. Dent.  
Cem CANIKLIOĞLU**

[www.ortonorm.com](http://www.ortonorm.com)

## 3 ÇOCUK AĞIZ VE DİŞ SAĞLIĞI

Çocukların dişleri niye çürüyor ?  
Çürük oluşumu engellenebilir mi ?  
Süt dişlerinin önemi nedir ?



## 4 Süt dişlerindeki çürükler tedavi edilmeli mi ? Çocuklarda diş yaralanmaları Bebeklerde ağız bakımı

## 5 Çocuklarda diş fırçalama ne zaman başlamalıdır ? Çocuklar için nasıl bir diş fırçası seçilmeli ? Çocuğuma dişlerini günde kaç kez fırçalamalıyım ? Çocuklarda bazı ağız ve diş problemleri :

## 7 Biberon çürüğünden korunmak için ne yapmak gerekir ? Biberon çürüğü önemli midir ? Çocuklarda hangi diş macunu ne kadar kullanılmalıdır ?

## 8 Çocuk dişlerinde acil durumlar

- Diş Ağrısı : ● Isırılmış Dudak, Dil, Dudak Yada Yanak :
- Diş Tümüyle Çıkmışsa : ● Süt Veya Sürekli Dişlere Travma :
- Diş Hekiminize ulaşana Kadar :

## 9 ÇOCUKLARDA DİŞ ÇIKARMA DİŞLER NE ZAMAN ÇIKAR ? DİŞLER ÇIKARKEN NELER OLUR ?

- Salya Akıtmak :
- Çene ya da yüzde kızarıklık :
- Hafif öksürük :

## 10 ● Isırma : ● Ağrı : ● Huzursuzluk : ● Beslenmeyi reddetme : ● İshal : ● Ateş :

## 11 ● Uykusuzluk : ● Dişeti hematomu : ● Kulak çekiştirme, yanak kaşıma :

## DİŞ ÇIKARKEN NELER YAPMALI ?

- Çiğneyecek bir şeyler vermek :
- Dişlerini kaşıyabileceği şeyler :
- Soğuk içecekler : ● Soğuk yiyecekler :
- Ağrıyı azaltacak bir şeyler :



# ÇOCUK AĞIZ VE DİŞ SAĞLIĞI

## Çocukların dişleri niye çürüyor ?

Süt dişleri normal dişlere oranla daha çok organik madde içerirler, bu nedenle çürümeye daha yatkınlardır, daha kolay ve hızlı çürürler.

Çocuklar, çürüğün erken döneminde görülebilen soğuk sıcak hassasiyeti ve hafif ağrı gibi sinyalleri zamanında yorumlayamazlar. Olayı ancak dayanılamayacak kadar ağrı olmasında fark ederler ki bu durumda çok geç kalınmış olabilir.

Çocuklar ağız bakımına yetişkinler kadar dikkat edemezler. Çocuğun el becerisi, merakı ve ebeveynin tutumu diş fırçalama alışkanlığını belirler.

Özellikle annelerin sıklıkla yaptığı bir hata da emzik ya da biberonu şeker, reçel vb. gibi gıdalara batırarak çocuklara vermeleri veya uyku aralarında şekerli süt, meyve suyu gibi gıdalara alıştırmalarıdır. Böylece beslenme düzensizliğinden dolayı dişler çürümeye yatkın hale gelir.

## Çürük oluşumu engellenebilir mi ?

Çürüğü tamamen engelleyebilecek bir aşı yada ilaç henüz geliştirilemedi. Ancak, çürük sayısını azaltmaya yönelik bazı malzemeler günümüzde kullanılmaktadır, bunlardan birisi; "fissür örtücü" dediğimiz malzemedir. Diş çürükleri genellikle azı ve küçükazı dişlerinin, çiğneyici yüzlerinde bulunan "fissür" adı verilen oluklarda başlar.



Bahsettiğimiz malzemeyle olukların üzeri kapatılıp, o bölgeye mikrop, yemek artığı vs. nin sızması engellenerek çürük başlaması önlenir. Bu işlem, 6 yaşından itibaren çıkan kalıcı azı ve küçükazı dişlerine de uygulanabilir.

Çürüğü engellemenin başka bir yolu da dişlerin çürüğe karşı direncini artırmaktır. Dişlere yüzeysel florür uygulanması suretiyle bu direnç kazandırılır.

## Süt dişlerinin önemi nedir ?

Süt dişlerinin birinci görevi çocuğun düzgün beslenmesini sağlamaktır. Ayrıca konuşmanın düzgün gelişimi de süt dişlerinin varlığına bağlıdır. Bunların yanında aşağıdaki gibi bir görüntü, hiç kimsenin çocuğunda görmek istemeyeceği ciddi estetik sorunlara yol açmaktadır.

Süt dişleri kapladıkları alanı kendilerinin yerine gelecek olan kalıcı diş için korumakta ve kalıcı diş sürerken ona rehberlik yapmaktadırlar.

Süt dişi erken çekildiği zaman bu doğal yer tutuculuk fonksiyonu da ortadan kalkmaktadır.

## Süt dişlerindeki çürükler tedavi edilmeli mi ?

Tedavi edilmeyen süt dişi çürükleri, ağrı, kötü koku, çiğneme zorluğu, beslenme bozukluğu ve çirkin görüntüye yol açar. Bu dönemdeki tedavi edilmeyen diş bozuklukları, ileride diş çarpıklığı, çene gelişiminde bozukluk ve genel sağlık problemlerine (romatizmadan kalp rahatsızlıklarına kadar) sebep olabilecektir. Dolayısıyla süt dişlerindeki çürükler, "nasıl olsa yerine yenileri gelecek" yanılığısına düşmeden tedavi edilmelidir.

Süt dişlerindeki çürükler ; ağrı ile çocuğun çok küçük yaşlarda tanışmasına ve gelecekte bazı fobileri olmasına neden olabilir. Ayrıca bu çürükler süt dişlerinin çok erken kaybına neden olabilir.

## Çocuklarda diş yaralanmaları

Çocuklarda dişlerin zarar gördüğü kazalarda zaman kaybetmeden müdahalede bulunulmalıdır. Doğru tanı konması çok önemlidir. Bunun için hekiminiz size, kazanın ne zaman ve nerede olduğunu, darbenin ne taraftan geldiğini, kaza sonrası baygınlık, kusma, hafıza kaybı vb. olup olmadığını soracaktır. Verilen bilgiler doğrultusunda en doğru tedavi uygulanabilecektir.

Çocuklardaki diş yaralanmaları, bazen kalıcı dişin tamamıyla yuvasından ayrılmasına sebep olabilir. Bu durumda çıkan diş ile birlikte acilen dişhekiminize gitmelisiniz. Bu esnada diş, bir bardak sütün içinde, eğer süt mevcut değilse, temiz bir su içinde muhafaza edilmelidir.



## Bebeklerde ağız bakımı

Bebeklerin, en azından ilk dört ay anne sütü ile beslenmeleri ağız çevresindeki yumuşak doku ve kas fonksiyonlarının normal gelişimini sağlayacaktır. Anne sütünün yetersiz olduğu durumlarda fizyolojik başlıklı (damaklı, kesik uçlu) biberon kullanımı gerekir.

Bebekler 1 yaşından itibaren bardak ve kaşıkla beslenmeye alıştırmalıdır.

Biberonla beslenme en fazla 2 yaşına kadar devam edebilir. Parmak emme, yalancı emzik kullanma gibi alışkanlıklara 2 - 2,5 yaşına kadar izin verilebilir. Eğer parmak emme alışkanlığı mevcutsa, bunun sebebi araştırılarak 3 - 6 yaş arasında bu alışkanlık mutlaka giderilmelidir.

Solunum problemleri, çene gelişmesi üzerine olumsuz etki eder. Burundan değil de, sadece ağızdan solunma durumu mevcutsa (bu durum uykuda daha iyi anlaşılır) muhakkak kulak burun boğaz uzmanına danışılmalıdır.

## Çocuklarda diş fırçalama ne zaman başlamalıdır ?

Bebek 6-8 aylıkken, (yani ilk dişler ağızda görüldüğünde) temizleme işlemi başlamalıdır. Sabah kahvaltısı sonrası ve gece yatmadan önce dişleri (en azından çiğneme yüzeylerini) temiz bir tülbent ya da gazlı bezi ıslatarak silmek, temizlemek yerinde olur.

Diş fırçası kullanımına ise çocuğun arka dişlerinin çıkmasından sonra (ortalama 2,5 - 3 yaşında ) başlanması uygundur.

Okul öncesi çocuklarda diş fırçalama için bir teknik uygulamak çok zordur. Bu yaşlarda önemli olan, çocuğa diş fırçalama alışkanlığı kazandırmaktır. Çocuklar diş fırçalarken çoğu zaman dişlerin görünen ya da kolay ulaşılan yüzlerini fırçalar. Oysa çürüklerin önlenmesi için dişlerin ara yüzleri ve çiğneyici yüzeylerini çok daha iyi temizlemek gerekir. Bu nedenle fırçalamadan sonra Anne-Babanın kontrolü iyi olur.

## Çocuklar için nasıl bir diş fırçası seçilmeli ?

Çocuğun ağız büyüklüğüne uygun, yumuşak ve naylon kıllardan üretilmiş diş fırçaları kullanılmalıdır. Sert fırçalar dişleri aşındıracağı için kullanımı uygun değildir. Eskimiş bir süpürgeyle süpürme işlemi nasıl yapılamazsa, eski bir fırçayla da dişler fırçalanamaz. Fırça kılları aşınır aşınmaz (Ortalama 6 ay) mutlaka değiştirilmelidir.



## Çocuğuma dişlerini günde kaç kez fırçatmalıyım ?

Sabah kahvaltısı sonrası ve gece yatmadan önce, sadece üçer dakikalık etkili bir fırçalama işlemi yeterlidir. Her iyi alışkanlık gibi diş fırçalama alışkanlığı da çocukluk döneminde kazanılacaktır.

## Çocuklarda bazı ağız ve diş problemleri :

### 1) Diş Gıcırdatma :

#### ● Nedenleri

Stress, agresif, takıntı veya sıkılgan kişilik yapıları, anne-babası diş gıcırdatan çocuklar bu alışkanlığa daha eğilimlidir.

#### ● Belirtileri

Dişlerde aşınma, uyurken çıkartılan gıcırdatma sesleri, yüz kaslarında ağrı, çene eklemesinde problemler, baş ağrısı, dişlerde sallanma ve hassasiyet.

#### ● Tedavisi

Öncelikle psikolojik açıdan diş gıcırdatmaya yol açan faktörler ortadan kaldırılmaya çalışılır.

Bu başarılmaz, hastaya takıp çıkartılabilen bir gece plağı yapılır.

## 2) Parmak Emme :

### ● Nedenleri :

Parmak emme küçük yaşlarda sık görülen bir alışkanlıktır. Genellikle dört yaşına kadar kendiliğinden ortadan kalkar. Alışkanlığın sürekli dişlerin çıktığı yaşlarda da sürmesi, bu dişlerde ve damakta yapısal bozukluklara yol açar. Bu bozuklukların nedeni parmağın ön dişlere ve damağa uyguladığı basınçtır. Ortaya çıkan bozukluğun derecesi emmenin süresine, sıklığına, şiddetine ve emme sırasında parmağın pozisyonuna bağlıdır.

### ● Tedavisi :

Parmak emmeyi önlemenin en etkili yolu parmak emmeye eğilim gösteren çocuğu emziğe alıştırmaktır. Emziğin hem verdiği zarar daha azdır, hemde daha kolay bırakılabilir.

Tedavinin zamanlaması çok önemlidir. Çocuğun kendisi bu alışkanlıktan kurtulmayı istemedikçe, tedavinin başarıya ulaşması imkansızdır.

Çocuğun çevre baskısına uğramaması ve alay edilmemesi için okul çağından önce bırakması psikolojik yönden çok faydalıdır.

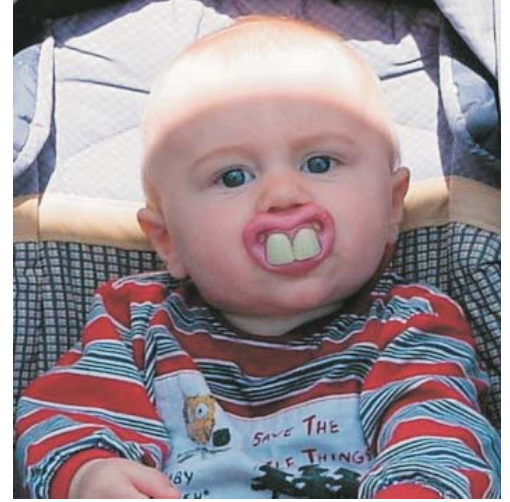
Çocuk baskı altına alınmadan cesaretlendirilerek, ödüllendirilerek pozitif yönlendirilmelidir.

Eğer her şeye rağmen 6 yaşına kadar alışkanlık kırılmamışsa diş hekimine başvurularak profesyonel yardım alınması gereklidir.

## 3) Emzik

Bebekler için emmek rahatlamamanın ve güven içinde hissetmenin en doğal yoludur. Eğer bebek parmak emme eğilimi gösteriyorsa, derhal emziğe yönlendirilmelidir. Emzik parmak emmeye göre hem daha az zararlıdır; hem de sonraki yaşlarda daha kolay bırakılabilir. Emzik günün büyük bir bölümünde değil, sadece gerekli olduğunda verilmelidir. Yapısal bozukluklara yol açmamak için, mümkün olduğu doğal meme yapısındaki emzikler seçilmelidir.

Emziklerin yapısının sağlamlığı her gün kontrol edilmelidir. Emziğin büyüklüğü ağız yapısına uygun olmalıdır.



## 4) Biberon çürüğü

Bebeğimin dişleri sürer sürmez çürüdü. Nedeni ne olabilir ?

Bebeklerde bazen dişlerin üzerinde sürer sürmez kahverengi lekeler oluştuğu ya da bu dişlerin kırılıp döküldüğü gözlenir. Aslında bu lekeler diş çürükleridir ve dişler de çürük nedeniyle kırılır. Bu kadar erken bir dönemde çürük oluşmasının nedeni de biberon çürüğü adı verilen çürüklerdir. Bebek beslenmesinde en önemli besin olan anne sütü ya da inek sütü doğal olarak şeker içerir. Gece yatmadan önce yada uyku sırasında bebek anne sütü ya da biberon emerse süt ağızda birikerek mikropların dişleri çürütmesi için elverişli bir ortam oluşturur. Bu nedenle özellikle gece beslenmesi sonrası dişlerin temizliğine özen gösterilmelidir.

## Biberon çürüğünden korunmak için ne yapmak gerekir ?

Bebeklerde meydana gelen çürüklerin tedavisi çok güç olduğundan, koruyucu önlemlerin erken dönemde alınması gerekir.

Bunlar nelerdir ?

- Bebeğinizin gece ağzında biberonla uyuma alışkanlığını önleyin.
- Beslendikten sonra uyutmaya çalışın.
- Biberondaki süte şeker, bal pekmez gibi tatlandırıcılar ilave etmeyin.
- Bebek beslendikten sonra mutlaka su içirin.
- İlk dişlerin sürmeye başlamasıyla gece ve sabah beslenmeleri sonrası temiz, ıslak bir tülbent ile dişlerini silerek temizleyin.

## Biberon çürüğü önemli midir ?

Biberon çürüğü görülen dişler tedavi edilmezse ağrı yapar ve iltihaplanır. İltihaplı ya da ağrıyan dişler bebeğin huzursuzlanmasına ve beslenme düzeninin bozulmasına neden olur. İltihap alttan gelecek kalıcı dişler de etkileyip şekillerinin bozuk olmasına yol açar. Bu dişler çekilmek zorunda kalırsa çocukta konuşma problemleri ortaya çıkabilir. Biberon emmediği halde bebeğimin dişleri çürüdü neden olabilir?

Biberonun yanı sıra emziklerin ağlayan bebekleri susturmak amacıyla bal, pekmez, reçel gibi tatlandırıcılara batırılarak verilmesi de biberon çürüklerinin başka bir nedenidir. Bunun yanı sıra, dişler sürdükten sonra oyalanmak amacıyla bebeğin eline verilen karbohidratlı-şekerli gıdalar da diş çürüklerine neden olur. Çocuğu bu tür gıdaların yerine elma, havuç gibi besin değeri yüksek; diş temizliğine yardımcı gıdalara yönlendirmek gerekir.

## Çocuklarda hangi diş macunu ne kadar kullanılmalıdır ?

Bebeklik döneminde ve üç yaşına kadar çocuklarda diş macunu kullanımı önerilmez. Diş macunu kullanımına üç yaşından sonra başlanmalıdır. Ancak reklamlarda gördüğünüz gibi 3-5 cm. değil, bir leblebi kadar macun fırçalama için yeterli olacaktır.

Diş macunu kullanımına başlandığı dönemde, florürlü diş macunlarından herhangi biri tercih edilebilir. Önemli olan çocuğun seçilen macunun tadını sevip istek duymasıdır.

Fırçalama işleminde macundan çok, etkili bir fırçalama işleminin önemli olduğunu unutmamak gerekir.



## Çocuk dişlerinde acil durumlar

### ● *Diş Ağrısı :*

Ağrıyan dişin çevresini temizleyin. Ilık tuzlu su ile gargara yaptırın ve eğer varsa sıkışmış yiyecek artıklarını diş ipi ile uzaklaştırın. Asla dişin üzerine aspirin ya da benzeri ilaçlar koymayın. Çocuğunuza daha önce de denemiş olduğunuz bir ağrı kesici verin ve en kısa sürede bir diş hekimine götürün.

### ● *Isırılmış Dudak, Dil, Dudak Yada Yanak :*

Yaralı bölgeye buz koyun. Eğer kanama varsa, temiz bir gazlı bez ile hafifçe basınç uygulayın. Kanama 15 dakika içinde durmazsa diş hekiminize başvurun.

### ● *Diş Tümüyle Çıkmışsa :*

Dişi bulun. Köküne mümkün olduğunca dokunmadan alın. Diş hekimine gidene kadar dişi saklamak için en ideal ortam süttür. Temiz bir kaptaki süütün içinde koruyarak en kısa sürede diş hekiminize gidin.

### ● *Süt Veya Sürekli Dişlere Travma :*

Hiç zaman kaybetmeden diş hekiminiz ile temasa geçin. Travmalardan sonra her kaybedilen saat oluşan hasarı büyötmektedir.

### ● *Diş Hekiminize ulaşana Kadar :*

Yarayı ılık su ile temizleyin. O bölgeye soğuk kompres uygulayın. Varsa kırık diş parçalarını saklayın.

\* Süt dişleri toplam 20 tanedir.

\* Süt dişlerinin aralarının açık olması normaldir. Bunun nedeni yerlerine gelecek daimi dişlere yer sağlamaktır.

\* Süt dişlerinde de çürük oluşabilir. Bu çürüklerinde mutlaka tedavi edilmesi gerekir.

\* Süt dişleri iltihaplanmış ise önce kanal tedavisi denenmeli, mümkün olmazsa diş çekilmelidir.

\* Süt dişleri zamanından önce çekilirse, alttan gelen daimi dişe yer kalmaz ve yer darlığı oluşur.

## Birazda gülelim

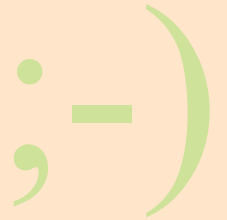
### **D i y e t**

Adamın biri çok şişmanmış diyetle girip zayıflamak istiyormuş bundan dolayı doktora gitmiş..

Doktor saymaya başlamış kibrit kutusu büyüklüğünde peynir, 2 zeytin bir dilim ekmek.....

ve saymasını bitirmiş dediklerimi aynen uygulayacaksın demiş..

Adam sormuş : peki ben bunları yemekten öncemi yoksa yemekten sonramı yiyeceğim ?



# ÇOCUKLARDA DIŞ ÇIKARMA

## DIŞLER NE ZAMAN ÇIKAR ?

Ortalama olarak ilk diş 7. ay ortalarında belirir. Ancak bazan ilk diş üçüncü ayda erkenden ortaya çıkarken, bazan da on ikinci ay, hatta sonrasına sarkabilir. Dişlerin çıkışı genellikle kalıtsal düzene uyar, yani sizin veya eşinizin dişleri erkenden çıkmışsa bebeğinizde de aynı şekilde olması olasıdır. Alttaki şekilde süt dişlerinin ortalama çıkış zamanlarını görebilirsiniz:

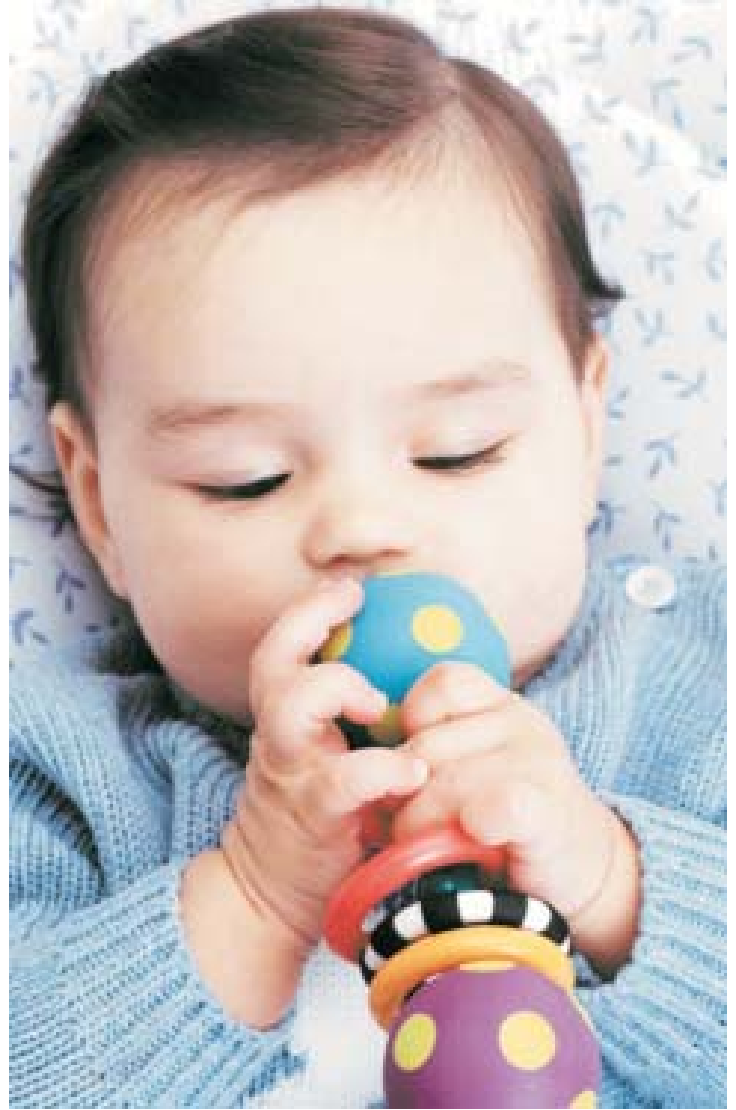
## DIŞLER ÇIKARKEN NELER OLUR ?

Diş çıkarma belirtileri dişlerin kendisinden iki-üç ay önce ortaya çıkabilir. Bu semptomlar çocuktan çocuğa değişir ve aslında bunların neler oldukları ve ne kadar ağrı verdikleri konusundaki görüşler de doktordan doktora değişmektedir. Ancak genellikle diş çıkaran bir bebeğin şu tecrübeleri yaşayabileceği kabul edilmektedir:

● **Salya Akıtmak :** bebek iki buçuk-üç aylıktan başlayarak salya akıtır. Diş çıkarma bunu bazı bebeklerde diğerlerine göre daha çok arttırmaktadır.

● **Çene ya da yüzde kızarıklık :** Bol salya akıtan bir bebekte, çenede ve ağız çevresinde sürekli salya temasının yarattığı tahrişe bağlı olarak deride kızarıklık ya da çatlakların oluşması şaşırtıcı değildir. Bunu önlemek için gün boyunca periyodik olarak salyayı nazikçe silin ,bebeğiniz uyurken akan salyayı emmesi için de yatak çarşafının altına bir havlu koyun. Deride kuruma belirdiğinde yumuşak bir deri kremi ile o bölgeyi sürekli nemli tutun.

● **Hafif öksürük :** Aşırı salya bebeğin zaman zaman tıkanmasına ve öksürmesine yol açabilir. Bebeğiniz soğuk algınlığı ,nezle ya da allerji belirtileri göstermiyorsa bunda endişelenecek bir durum yoktur. Bebeklerin dikkat çekmek ya da ses repertuarlarını zenginleştirmek için öksürüğü sürdürmeleri sık görülen bir durumdur.



### ● **Isırma :**

Bu durumda bir ısırık düşmanlık belirtisi değildir. Diş çıkaran bir bebek eline geçen her şeyi - bu kendi eli, annesinin memesi, yabancı birinin parmağı olabilir - ağızına sokarak dişetlerini rahatlatmaya çalışır.

### ● **Ağrı :**

Çıkmakta olan bir dişin baskısı altında dişetinde enflamasyon gelişir. Bu durum bazı bebeklerde dayanılmaz ağrılara yol açarken bazılarında hiç sorun oluşturmayabilir. İlk diş ve azı dişleri çıkarken en fazla sıkıntı yaratan dişlerdir.

### ● **Huzursuzluk :**

Enflamasyon arttıkça ve keskin diş yüzeye yaklaştıkça bebeğin dişetindeki ağrı sürekli bir hal alabilir. Kronik ağrısı olan herkes gibi sıkıntılı olabilir ve kendi normal halinden uzaklaşabilir. Bu huzursuzluk bazan haftalar boyunca sürebilir.

### ● **Beslenmeyi reddetme :**

Diş çıkarmakta olan bir bebek beslenmeyi reddedebilir. Katı yiyeceklere başlamış olan bir bebek bir süreliğine bu yiyeceklere karşı olan ilgisini yitirebilir. Ancak bu sizi endişelendirmemelidir. Çünkü bebeğiniz sıvı gıdalardan da gerekli besinleri alır ve dişi çıktıktan sonra iştahı yerine gelecektir.

### ● **İshal :**

Bunun diş çıkarma ile olan ilgisi çok şüphelidir. Bazı anneler her diş çıkardığında bebeklerinin ishal olduğunu söylerler. Bazı doktorlar büyük olasılıkla artmış tükrük salgısı nedeniyle diş çıkarmayla barsak hareketleri arasında bir bağlantı olduğunu düşünürler. Bazı doktorlar ise böyle bir bağlantının olduğunu kabul etmek istemezler ; belki de annelerin her ishali diş çıkarmaya bağlayarak önemli gastrointestinal bozuklukların göz ardı edilebileceğinden çekindikleri için böyle davranırlar. Diş çıkardığı dönemde bebeğinizin dışkısının sulu olabileceğini bilin , ama iki dışkılamadan daha uzun süren ishali mutlaka doktorunuza bildirin.

### ● **Ateş :**

Ateş de tıpkı ishal gibi doktorların diş çıkarmayla bağlantılı olduğu konusunda tereddütle yaklaştıkları bir belirtidir. Dişetlerindeki enflamasyon nedeniyle 38 C'nin altındaki bir ateş diş çıkarmaya eşlik edebilir. Yine de bebeğinizin ateşi varsa diğer zamanlarda ne yapıyorsanız öyle davranın ve iki günde azalmazsa doktorunuza haber verin.



### ● **Uykusuzluk :**

Gece boyunca deliksiz uyuyan bebekler bile diş çıkarırken gece uyanmaya başlayabilir. Bu durumda hemen onu beslemeye çalışmayın. Bunun yerine kendi kendine tekrar uyumasını sağlayın. Gece uyanma da diğer problemlerde olduğu gibi ilk diş ve azı dişleri çıkarken daha fazla görülür.

### ● **Dişeti hematomu :**

Bazan çıkan bir diş dişetinde kanamaya neden olabilir , bu da mavimtrak bir leke olarak görülür. Bu hematomlar için endişelenmeye gerek yoktur ve tıbbi girişim gerektirmeden kendiliklerinden düzelirler. Soğuk kompres acıyı azaltıp iyileşmeyi hızlandırabilir.

### ● **Kulak çekiştirme, yanak kaşıma :**

Dişetlerindeki ağrı sinir yolları boyunca kulak ve yanağa yansıyabilir. Bebeklerin kulak enfeksiyonu olduğunda da kulaklarını çekiştirdiklerini unutmamak gerekir. Bebeğiniz diş çıkarsa bile kulak enfeksiyonundan kuşkulaniyorsanız doktorunuza danışın.

## **DIŞ ÇIKARKEN NELER YAPMALI ?**

Onlarca denenmiş tedavi yöntemi vardır. Bazıları işe yarar , bazıları yaramaz. Aşağıdakilerden bazılarını siz de deneyebilirsiniz :

### ● **Çiğneyecek bir şeyler vermek :**

Burada besin değerinden çok dişetlerindeki basıncı rahatlatmak amaçlanmaktadır. Bu nedenle de çiğnenen şey soğuk olursa yararı artar. Dondurulmuş çörek, soğuk bir muz, veya havuç, bir tülbente sarılmış buz parçası , lastik bir diş halkası. Bebeğinize çiğnemesi için ne verirseniz verin mutlaka yanında bulunun ve oturur pozisyonda olmasını sağlayın.

### ● **Dişlerini kaşıyabileceği şeyler :**

Bazı bebekler başlangıçtaki acı nedeniyle itiraz edebilir. Fakat bir süre sonra acı yerini rahatlamaya bırakır.

### ● **Soğuk içecekler :**

Bebeğinize bir biberon soğuk su verin. Biberonu reddederse bardakla vermeye çalışın. Bu sayede bebeğinizin su ihtiyacını da karşılamış olur ve ishal veya artmış salyayla kaybettiği sıvıyı yerine koyarsınız.

### ● **Soğuk yiyecekler :**

Buzdolabında soğutulmuş şeftali püresi, elma püresi, yoğurt, bebeğinize oda ısısındaki yiyeceklerden daha çekici gelebilir.

### ● **Ağrıyı azaltacak bir şeyler :**

Başka hiç bir şey işe yaramazsa parasetamol işinizi kolaylaştıracaktır. Doz ayarlaması için doktorunuza danışın. Doktorunuz önermediği sürece bebeğinizin dişetlerine başka bir şey sürmeyin. Bunun içine alkollü içecekler de dahildir.



**ortonorm**

ortodonti tedavi merkezi

[info@ortonorm.com](mailto:info@ortonorm.com)

[www.ortonorm.com](http://www.ortonorm.com)