
عشق، آرامش و سپیدی دندان

نویسنده:

دکتر علی رضا نائینی

www.ketab.ir



سرشناسه	نائینی، علیرضا
عنوان و نام پدیدآور	عشق، آرامش و سپیدی دندان/نویسنده علی‌رضا نائینی.
مشخصات نشر	تهران: رویان پزوه، ۱۳۹۲.
مشخصات ظاهری	۱۳۱ص.: مصور (رنگی)؛ ۲۱×۲۱ س.م.
شابک	۹۷۸-۶۰۰-۷۱۰۸-۵۸-۱
وضعیت فهرست نویسی	فیا
موضوع	دندان -- مراقبت و بهداشت
موضوع	دندانپزشکی -- به زبان ساده
رصدی کنگره	بهداشت همگانی دهان و دندان
رده بندی دیویی	۱۳۹۲ ۳۵۴/۳۵۶۱ RK
شماره کتابشناسی ملی	۶۱۷/۶۰۱
	۳۳۷۷۷۱۴

* برداشت از این کتاب با اجازه‌ی کتبی شدنی است.



عشق، آرامش و سپیدی دندان

نویسنده: دکتر علی‌رضا نائینی

ناشر: رویان پزوه

نوبت چاپ: اول - ۹۳

صفحه‌آرایی: آرزو انصاری

چاپ و صحافی: بهمن

قطع و تعداد صفحات: خشتی

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

بها: ۲۰۰۰۰ تومان



شابک: ISBN: 978-600-7108-58-1

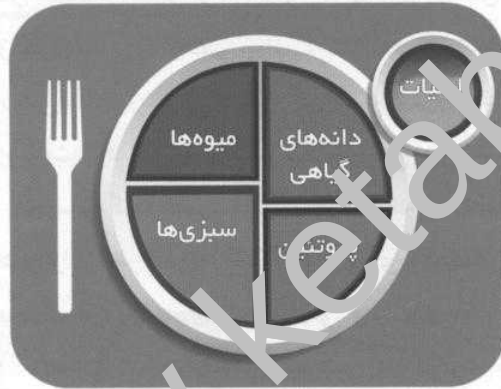
دفتر نشر و نمایشگاه دائمی: تهران، خیابان انقلاب، روبروی دبیرخانه دانشگاه تهران، ساختمان امیرکبیر، طبقه سوم

تلفن: ۶۶۴۸۶۳۷۳ - ۶۶۹۷۰۷۴۰

www.RPpub.ir

حق چاپ محفوظ و متعلق به پایون توزیع کالا می‌باشد.

کلید دهان سالم چیست؟ ترازمند (متعادل) خوردن دانه‌های گیاهی مانند گندم، جو، ذرت و برنج، میوه‌ها، سبزی‌ها، فرآورده‌های شیر و پروتئین با کم کردن شب چرده‌ها (تقلات) بین وعده‌های اصلی خوراک (غذا)



اگر می‌شنویم یا می‌بینیم در برخی کشورها همکاران دندان‌پزشک که بیمار می‌کنند و بیشتر بیماری‌های (معاینه‌های) دوره‌ای، پیش‌گیری یا بر حسب نیاز درمان‌هایی را انجام می‌دهند بی‌درنگ می‌گوییم سطح بهداشت دهان و دندان در آن جا بالاست. منظور از "بالا" انجام دادن کار شگفت‌انگیزی نیست، بلکه انجام درست و روزانه راه‌های ساده پیش‌گیری است. دست یافتن به این عادت‌های خوب تنها از راه آموزش شلنی است. به قول کارد پزشک (جراح) *C. Everett Koop: شما فرد سالمی نیستید مگر دهان و دندان شما سالم باشد.

همواره تلاش داریم به یکدیگر کمک کنیم تا خوب بگیریم که پس از خوردن شیرینی‌ها و خوردنی‌ها، نگرنده (مراقب) دندان‌هایمان باشیم. از آنجا که زبان مادری آن اندازه شیرین است که نه تنها دل را نمی‌زند، بلکه دلربایی هم می‌کند، کوشش کردم برای پاسداشت زبان پارسی به اندازه توان و سوادم، واژه‌های گوش‌نواز، آهنگین، ناب و نژاده سرزمین شکوهمندم



ایران را، به کار گیرم. پس وارثان برابر بیگانه رایج آنها را در دو کمان (کنارشان قرار داده‌ام. باشد که پیوستگی واژه‌ها سبب آرامش خواننده شود.

خرسندم و سپاس‌گزار که "عشق، زندگی و دندان" خوانده شد. هدف دکتر صانعی، رضا مهاجر و من این بود که اگر خواندن این نسک (کتاب) تنها برای یک فرد هم تلنگری باشد که با همه وجود دریابد دندان‌های سالم برای یک عمر لازم‌اند، ما را بس. در برگ‌ها، یکنواختی کوشش شد بر اساس پرسش‌های خوانندگان "عشق، زندگی و دندان" مطالبی بیان گردد. برای نرمی و آرامش خاطر ریبای شما از سروده‌ها و زیانزدهای ایرانی که در آنها به دندان اشاره شده است استفاده گردید. برخی (عده‌ای) می‌پندارند که پس از درمان‌های دندان‌پزشکی به ویژه جراحی‌ها (جراحی دندان عقل، لثه، گذاشتن ایمپلنت و...) نمی‌شود از خوراکی‌های خوش‌مزه لذت برد، پس چند پیشنهاد خوردنی آورده شده که امیدوارم خوشتان بیاید. به خودم می‌بالم چون یارم، دوستان جان را هم سفرم کرده است. دکتر مسعود صانعی متخصص ترمیمی و زیبایی در کنار تدریس و اداره پزشک خانه‌اش (مطب) ورق‌هایم را از نظر آنرا با دکتر کامیار علوی متخصص تشخیص و بیماری‌های دهان و دندان با نکته‌سنجی‌های علمی مرا مورد محبت قرار داد، چون بنده سیوهی اوست و طعم آن را از دورانی که هم‌کلاس بودیم به یاد دارم. دکتر کامیار کامران پیش از آن که دندان‌پزشک باشد فوق لیسانس زبان فرانسه است و سابقه موفق وی در آموزش زبان فرانسه، مرا دل‌استوار کرد که ویرایش خطوطم توسط او، آرامش‌بخش خوانندگان را در پی خواهد داشت. از دوستانم ممنونم. همواره پذیرا و منتظر دیدگاه‌های واقع‌بینانه و خوب شما هستم. این به نگاهتان را چند دقیقه‌ای به من وام می‌دهید و این نسک (کتاب) را می‌خوانید سپاس دارم.

پارسا و پیروز باشید.

علی‌رضا نایینی

دندان و کارد پزشک

۱۳۹۳ - ایران

ali110n@yahoo.com