



راز دندان سالم

نکته رونا سی

www.ketab.ir

انتشارات آشیانه مهر

راز دندان سالم

نویسنده: نگین روناسی

طرح جلد و متن: جواد واعظی

توبت انتشار: اول - ۱۳۹۳

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

قیمت: ۱۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۲۳۵-۲۷-۳

نشانی: قم - ۴۵ متری مار یاسر - پلاک ۹۲

atoh1di26@yahoo.com

ارتباط با مشتریان: ۰۲۵۲۷۷۱۳۷۷۳

کلیه حقوق برای ناشر محفوظ است.

سرشناسه: روناسی، نگین، ۱۳۵۶-

عنوان و نام پدیدآور: راز دندان سالم / نویسنده نگین روناسی

مشخصات نشر: قم، آشیانه مهر: ۱۳۹۳.

مشخصات ظاهری: ۱۴۴ ص؛ ۲۱/۵×۱۴/۵ س.م.

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۲۳۵-۲۷-۳

وضعیت فهرست نویسی: فیا

موضوع: دندان — مراقبت و بهداشت

Teeth -- Care and hygiene موضوع:

موضوع: دندان — بیماری‌ها — درمان جایگزین

Teeth -- Diseases -- Alternative treatment موضوع:

رده‌بندی کنگره: RK61 ۱۳۹۳

رده‌بندی دیویی: ۶۱۷/۶۰۱

شماره کتابشناسی ملی: ۵۸۱۴۶۲۴

فهرست

۱۳	مقدمه
۱۳	فرق دندان درد با حساسیت دندانی
۱۴	موارد مراجعه به پزشک
۱۶	دندان های حساس
۲۰	درمان حساسیت دندانی
۲۱	چرا دندان بعد از پر کردن درد می گیرد؟
۲۲	چقدر باید صبر کنیم تا درد بعد از پر کردن دندان خوب شود؟
۲۳	چطور با این درد کنار بیایم؟
۲۳	دلیل حساسیت دندانی بعد از ترمیم دندان چیست؟
۲۵	فواید معالجه عصب دندان
۲۸	وقتی دندان می شکند
۳۰	شکستن در کمین دندان شماست!
۳۱	از خون ریزی وحشت نکنید
۳۱	درمان
۳۲	دندان درد
۳۳	- دهان را بشویید
۳۳	- استفاده از نخ دندان
۳۴	- شستشوی دهان با آب نمک
۳۴	- ماساژ با یخ
۳۵	- استفاده از روغن میخک
۳۵	- نجوید

- ۳۵ - مکیدن یخ.....
- ۳۶ - دهان را بسته نگه دارید.....
- ۳۶ - و یا دهان را باز نگه دارید.....
- ۳۶ - مصرف آسپیرین.....
- ۳۶ - دهان را خنگ نگه دارید.....
- ۳۷ - رفع مشکلات عمومی و بیماریهای دندان.....
- ۴۰ - تکامل دندانها.....
- ۴۰ - مراقبت از دندانها و لثهها.....
- ۴۱ - مسواک زدن دندانها.....
- ۴۱ - تمیز کردن لایهای دندانها.....
- ۴۱ - غذا و نوشیدنی.....
- ۴۲ - تقویت دندانها.....
- ۴۲ - زود درآمدن دندان که در کان.....
- ۴۳ - شستشوی دندانها.....
- ۴۴ - سفید کردن دندانها.....
- ۴۵ - ضد جرم دندانها.....
- ۴۶ - رفع زردی دندانها.....
- ۴۷ - رفع سیاهی دندانها.....
- ۴۷ - سیاهی دندانها از سیگار.....
- ۴۷ - تغییر رنگ دندانها.....
- ۴۹ - کُند بودن دندانها.....
- ۵۰ - لق شدن دندانها.....
- ۵۰ - شکستگی دندان.....
- ۵۱ - محکم تر کردن دندانها.....
- ۵۲ - دندانهای نامرتب.....
- ۵۳ - علائم آن کدامند؟.....

- ۵۴ اقدامات مؤثر
- ۵۵ درمان ارتودنسی
- ۵۶ پیش‌گیری از پوسیدگی دندان
- ۵۷ پوسیدگی دندان
- ۵۸ درد دندان
- ۶۸ ژلی برای ترمیم دندان‌های پوسیده
- ۶۹ دندان‌پزشکی بدون درد
- ۷۱ هوا دادن را می‌برد
- ۷۲ اهرک‌های خانگی برای سفید کردن دندان
- ۷۲ (۱) سفید کردن دندان با استفاده از چسب‌های سفید کننده
- ۷۳ (۲) سفید کردن دندان با استفاده از خمیر دندان‌ها و ژل‌های سفید کننده
- ۷۳ (۳) سفید کردن دندان با استفاده از آب اکسیژنه
- ۷۴ (۴) سفید کردن دندان با استفاده از جوش شیرین
- ۷۵ (۵) سفید کردن دندان با محلولی از جوش شیرین و آب اکسیژنه
- ۷۵ توصیه‌ها و تذکراتی برای داشتن دندان‌هایی سفید
- ۷۷ دیدگاه‌های دندان‌پزشکی ابن سینا
- ۸۴ * مرز آرواره‌ی بالا
- ۸۴ * درزهای درونی
- ۸۵ دندان‌ها
- ۸۷ گند دهان
- ۸۷ درمان
- ۸۸ گزاره‌ی دارو
- ۸۸ داروی نیرومندتر
- ۸۹ گزاره‌ی دارویی آزموده شده
- ۸۹ اگر آمیختگی بلغمی است
- ۹۰ گزاره‌ی دارویی دیگر

- داروهای تکی آزموده شده ۹۰
- گفتاری درباره‌ی دندان ها ۹۱
- بهداشت دندان ۹۲
- راهی سودمند برای پاییدن تندرستی دندان ۹۴
- گفتاری فراگیر درباره‌ی درمان و داروهای دندان ۹۵
- گزاره‌ی داروی ۹۷
- گزاره‌ی داروی خوب دیگر ۹۸
- گونه‌های دارویی دندان ۹۸
- درد دندان ۹۹
- انگیزه‌های درد دندان ۱۰۰
- نساج ها ۱۰۱
- درمان ۱۰۲
- داروی بازدارنده‌ی سودمند ۱۰۵
- داروی آب کننده‌ی مایه‌ی درد در دندان ۱۰۶
- * داروی درمان درد تپنده ۱۰۶
- * گونه‌ای دهان شویه ۱۰۷
- * درمان درد تپنده ۱۰۷
- * داروی آزموده ۱۰۷
- * داروی آزموده ۱۰۸
- کمپرس ها ۱۰۸
- * نمونه‌ی کاربرد کمپرس ۱۰۹
- راه‌های داغ گذاری بر روی دندان ۱۰۹
- نمونه‌ی آن ۱۰۹
- * داروهای آب کننده‌ی ماده ۱۱۰
- * داروهای آب کننده‌ی به بینی کشیدنی ۱۱۰
- * چکانیدنی‌هایی در گوش برای فرونشاندن درد ۱۱۰

- ۱۱۱ * پُرکردنی های دندان خورده شده
- ۱۱۱ داروهای کرخت کننده
- ۱۱۱ * گونه ای از آن
- ۱۱۲ دندان های جنبان
- ۱۱۳ * درمان
- ۱۱۴ * داروی چسباندنی
- ۱۱۴ * داروی دیگر
- ۱۱۵ سوراخ شدن و پوسیدگی دندان
- ۱۱۵ درمان
- ۱۱۶ گزاره ای از یک داروی خوب
- ۱۱۷ گزاره ای داروی دیگر
- ۱۱۷ شکستن و از هم پاشیدن دندان
- ۱۱۸ درمان
- ۱۱۸ دگرگونی رنگ دندان
- ۱۱۸ درمان
- ۱۱۹ دندان شویه ی خوب
- ۱۱۹ دندان شویه ی دیگر
- ۱۱۹ دندان شویه ی دیگر
- ۱۲۰ دندان شویه ی دیگر
- ۱۲۰ رویش دندان ها
- ۱۲۱ کشیدن دندان
- ۱۲۲ داروی دیگر
- ۱۲۳ داروی دیگر
- ۱۲۳ داروی دیگر
- ۱۲۴ درمان کرم خوردگی دندان
- ۱۲۴ درمان دندان قروچه

درمان دندانی که درازتر می شود	۱۲۵
درمان	۱۲۵
* رفتن مینای دندان	۱۲۶
درمان	۱۲۶
* ناتوانی دندان	۱۲۷
* دندان شویه‌ی سودمند (۱)	۱۲۷
* دندان شویه‌ی سودمند (۲)	۱۲۷
* دندان شویه‌ی سودمند (۳)	۱۲۷
* دندان شویه‌ی سودمند (۴)	۱۲۸
بیماری‌های لثه	۱۲۸
* درمان	۱۲۹
درمان لثه‌ی خون چکان	۱۳۰
زخم و ناسور و خوره در لثه	۱۳۱
درمان	۱۳۱
دارویی ترکیبی نزدیک به داروی قنفدیون	۱۳۲
درمان کاهش گوشت لثه	۱۳۳
درمان سستی لثه	۱۳۳
* درمان گوشت اضافی	۱۳۴
دررفتگی آرواره	۱۳۵
جانداختن آرواره‌ی دررفته	۱۳۶
شکستگی آرواره	۱۳۷
داروهای ترکیبی درمان بیماری‌های دهان و دندان	۱۳۹
(۱) سوطیرا یا رهایی بخش بزرگ	۱۳۹
گزاره‌ی آن	۱۴۰
(۲) سرشته‌ی فلاسفه یا ماده الحیات	۱۴۱
گزاره‌ی آن	۱۴۱

- ۱۴۲ (۳) سرشته‌ی شجری‌نای بزرگ [سنجری‌نا]
- ۱۴۲ گزاره‌ی آن
- ۱۴۳ گزاره‌ی شجری‌نای دیگر
- ۱۴۳ (۴) شجری‌نای کوچک
- ۱۴۳ گزاره‌ی دیگری از آن
- ۱۴۴ نوشابه‌ها و افشره‌های جوشانده [ارب]
- ۱۴۴ سرکه‌ی پیازدشتی

مقدمه

از زمان تولد تا پایان عمر همواره دندان‌ها نقش بسیار مهمی را در سلامت جسمی و روانی افراد دارند. مطالعات نشان می‌دهد که ۶۲ درصد نوجوانان ۱۲ ساله دارای پوسیدگی دندان و ۱۸ درصد آنها مبتلا به بیماری‌های لثه هستند.

دهان اولین قسمت دستگاه گوارش است از لب شروع و به حلق منتهی می‌گردد. دهان در حرف زدن، خندیدن، چشیدن، گازگرفتن، جویدن، بلعیدن و... نقش دارد.

دندان شکل ویژه‌ای دارد که به عمل جویدن کمک می‌کند.

فرق دندان‌درد با حساسیت دندان

دندان‌درد، دردی است که در دندان یا اطراف آن حس می‌شود و ممکن است علل متفاوتی داشته باشد، از جمله پوسیدگی دندان، آبسه دندان، شکستگی دندان، خالی شدن دندان پر شده و حرکات مکرری مانند جویدن یا ساییدن دندان‌ها به هم، دندان‌درد ممکن است حاد و تیرکشنده باشد یا به صورت دردی مبهم احساس شود. این درد گاهی جویدن غذا، تمرکز، انجام کارهای روزمره و حتی خواب شب شما را مختل می‌کند. برخی مواقع درد دندان حاد و نافظ یا مداوم است.