

# تأثیر جویدن ناخن بر دندان

اگر کودک برای مدت کوتاهی ناخن هایش را بجود و یا دچار اختلال عادت دیگری باشد، غیرعادی نیست. ولی وقتی این عادت دائمی و شدید شود، بایستی والدین و سایر افراد خانواده در پی درمان آن باشند زیرا تأثیر جویدن ناخن بر دندان و دهان بسیار خطرناک است.

جهت تهیه بیمه دندان پزشکی با مشاورین مهر از کارت تماس حاصل نمایند.

جهت مشاهده تعرفه تخفیف ارتودنسی کلیک کنید.

## تعریف اختلال ناخن جویدن

ناخن جویدن یا نام علمی آن اونیکوفازی (Onychophagia) ممکن است یک رفتار موقتی یا دائم باشد. ناخن جویدن در ابتدا امری نگران کننده نیست و میتوان کودک یا فرد را از این کار باز داشت. این عادت در ابتدا میتواند یک نگرانی در مورد ایجاد اختلال در زیبایی باشد. اما به مرور زمان میتواند به یک مشکل جدی و طولانی مدت نیز تبدیل شود.

فرایند اونیکوفازی در حقیقت یک عارضه آسیب شناختی مربوط به دهان، زیبایی و آراستگی است که با گازگرفتنی مزمن، و غیرقابل کنترل ناخن همراه است. این کار برای ناخن ها و بافت اطراف آن مخرب و مشکل ساز است.

## جویدن ناخن

کودکان ممکن است عادات بد و نامطلوبی داشته باشند مثل **مکیدن انگشت** شست، پیچ دادن موی سر، **دندان قروچه** ساییدن دندان ها به هم، دست کردن به بینی، جویدن یک جسم مثل مداد، خاراندن وسواسی، کوبیدن سر، گاز گرفتن خودشان مثل دست، تکان دادن بدن مثل پا، چرخیدن، کندن پوست و حتی جویدن ناخن دست.

در بسیاری از موارد، این اختلالات عادت می توانند با کمک والدین، معلم و یا یک راهنمای مناسب برطرف شوند.

اما در موارد کمی، کودک این عادت را تا بزرگسالی نیز دارد که می تواند ارادی یا غیر ارادی باشد. یکی از رایج ترین این اختلالات عادت در بزرگسالان، جویدن ناخن است. فرد مبتلا معمولاً ناخن های دستش را هنگام عصبانیت، فشار عصبی، خستگی و یا در محیط پر تنش می جود.

بر اساس آمار، جویدن ناخن در کودکان و نوجوانان شایع است، اما ۵ درصد آن ها این عادت را تا بزرگسالی نیز با خود دارند.

## علل احتمالی جویدن ناخن

برخی محققان معتقدند رایج ترین علل جویدن ناخن شامل **استرس**، افسردگی و خستگی است.

سایر دلایل احتمالی جویدن ناخن و اختلالات عادت دیگر عبارتند از : مصرف مواد مخدر به خصوص آمفتامین و کوکائین، اختلالات روانی مهم، بیماری های مغزی، عقب ماندگی ذهنی و نداشتن یکی از حواس پنج گانه اصلی مثل نابینا و یا ناشنوا بودن.

ارتودنسی دندان را با مهر از کارت با کاهش هزینه چشمگیر تجربه کنید...

## علائم جویدن ناخن در یک فرد عبارتند از

- کوتاهی و ناصافی ناخن های دست

- **تبخال** دهان

- عفونت ناخن که باعث قرمزی و التهاب پوست اطراف ناخن می شود (پارونیشیا)

- ضایعات انگشتان دست در اثر ویروس هرپس سیمپلکس

- در آمدن دندان خراب و آسیب دیده در کودک

- التهاب و **خونریزی لثه**

- **شکستگی** یا ترک دندان های جلویی

- زگیل هایی اطراف بستر ناخن

- قارچ ناخن

## عوارض جویدن ناخن

علاوه بر احساس خجالت به دلیل جویدن ناخن و داشتن ناخن های زشت، اثرات منفی و خطرناک دیگری نیز این عادت زشت دارد، مانند:

### ۱- تاثیر جویدن ناخن بر دندان و عفونت های دهان

موقع جویدن ناخن، معمولا دست ها کثیف و آلوده هستند. لذا باکتری ها و میکروب های مضر روی دست باعث عفونت دهان، لب ها و لثه می شود.

آیا می دانید که حدود ۲۰۰۰ نوع عفونت پوستی در سالن های آرایش ناخن کشف شده است؟

آن وقت متوجه می شوید که شما با جویدن ناخن های خود در معرض ابتلا به چه بیماری هایی هستید.

### ۲- مشکلات دندانی

ناخن ها سفت هستند و جویدن آن ها کاری سخت است. لذا اگر ناخن های خود را بجوید، دندان ها به خصوص دندان های جلویی خود را خراب می کنید.

این عادت حتی روی ظاهر دندان های شما نیز موثر است. لذا علی رغم داشتن دست هایی زشت، دندان های جلویی شما شکسته و ترک خورده می شوند.

### ۳- ناتوانی استفاده از دست ها

اگر عادت کرده باشید که مدام ناخن های خود را بجوید و دستتان داخل دهانتان باشد، نمی توانید به درستی وظایف شغلی خود را انجام دهید.

در موارد شدید، جویدن ناخن باعث می شود فرد نتواند کار های عادی و روزمره خود را نیز انجام دهد.

جهت مشاهده [هزینه دندانپزشکی سال کلیک کنید](#)

### ۴- تاثیر جویدن ناخن بر دندان و عفونت ناخن

جویدن ناخن باعث می شود ناخن های شما ضعیف و سست شده و باکتری ها و قارچ ها وارد ترک های کوچک و زخم های روی ناخن شما شوند.

اگرچه برخی انواع عفونت های ناخن به راحتی درمان می شود، ولی برخی دیگر مثل قارچ ناخن به سختی بر طرف می شود.

جهت استفاده از خدمات [دندانپزشکی ارزان](#) با مشاورین مهراز کارت تماس حاصل نمایند.

