

# عمر لامینت دندان

در جواب به این سوال باید بگوییم که طبق آماری که وجود دارد. طول عمر روکش ها تا حدود زیادی به رعایت و مراقبت از آن ها بستگی دارد. در صورتی که به درستی از آنها مراقبت شود. می توان تا ۲۰ سال آنها را روی دندان های خود نگه دارید. و از زیبایی دندان های خود لذت ببرید. ولی اگر مراقبت ها صحیح نباشد طول عمر لامینت دندان ها به ۱۰ سال کاهش پیدا می کند.

با داشتن [بیمه دندانپزشکی](#) می توانید [تعرفه دندانپزشکی](#) درمانی و زیبایی خود را تا ۵۰٪ کاهش دهید...

## روش هایی برای افزایش طول عمر لامینت

لامینت های سرامیکی به جهت استحکام و مقاومتی که دارند از بهترین روش ها و همچنین محبوب ترین گزینه برای انتخاب روکش های زیبایی دندان ها هستند. می توانید با رعایت نکاتی که در زیر برایتان بیان می کنیم مدت زمان بیشتری لامینت های خود را به خوبی داشته باشید و از پرداخت هزینه های احتمالی برای تعویض لامینت دندان هایتان جلوگیری کنید:

### ۱- رعایت بهداشت دهان و دندان ها جهت افزایش طول عمر لامینت دندان

اولین و مهمترین قدم برای افزایش طول عمر لامینت دندان ها، رعایت بهداشت دهان و دندان ها می باشد. که می توانید روزی دو بار با مسواک زدن و استفاده از نخ دندان و همچنین استفاده از دهانشویه سلامتی دندان ها و لثه و روکش های دندانی را تضمین می کند.

#### [لامینت دندان در تهران](#)

[سفید شدن دندان ها با لامینت](#) چگونه انجام میشود؟ آموزش روش [سفیدی دندان با سیر](#) در منزل...

### ۲- پرهیز از خوردن و آشامیدن مواد غذایی رنگی و اسیدی و قلیایی

لامینت ها در برابر جذب مواد رنگی مقاومند. ولی مصرف زیاد مواد غذایی رنگی و اسیدی مانند انواع شکلات ها، قهوه و چای، نوشیدنی های الکلی که حتی برای دندان های سالم بسیار آسیب رسان است. نوشیدنی های گازدار و سس های رنگی و دیگر مواد غذایی که رنگ های زیادی دارند باعث تغییر رنگ در دندان های سالم و همچنین در روکش های دندان می شوند. توصیه ما این است که مصرف این نوع خوراکی ها را محدود کنید و بعد از خوردن آن ها حتما دندان ها را مسواک بزنید. و یا حتی الامکان دهانتان را با آب بشویید.

[قیمت یک عدد پروتز دندان](#) با داشتن کارت تخفیف دندانپزشکی مهر از چقدر است؟

### ۳- استفاده از محافظ دندان در هنگام خواب در صورت داشتن دندان قروچه

عادت هایی مانند دندان قروچه که در اثر اضطراب به وجود می آید. باعث شده تا فرد دندان های خود را روی هم فشار دهد که این مورد می تواند تاثیر منفی بر ماندگاری لامینت بگذارد. دندان قروچه باعث لب پر شدن و ساییدگی دندان ها می شود. در صورتی که دچار این عادت هستید. برای جلوگیری و با مراجعه به دندان پزشک از نایت گارد مخصوص برای دندان های خود سفارش دهید و در هنگام خواب استفاده نمایید.

### ۴- عدم مصرف سیگار

مصرف سیگار و دیگر دخانیات تأثیر نامطلوبی روی سلامت لمینت و روکش دندان ها و همچنین دندان های طبیعی می گذارد. دخانیات باعث تغییر رنگ لمینت شده و همچنین پوسیدگی در دندان ها و نیز بیماری های لثة ای را به دنبال دارد. این مورد باعث کاهش طول عمر لامینت ها می شود.

### تفاوت کامپوزیت و لامینت دندان | کامپوزیت یا لامینت

#### **- ۵ عدم استفاده از دندان ها به عنوان ابزار**

اینکه روکش های لامینتی از استحکام بالایی برخوردارند. ولی استفاده از دندان های لامینت شده به عنوان ابزار می تواند آسیب های جبران ناپذیری را برای دندان ها داشته باشد. به طور مثال باز کردن درب نوشابه و یا باز کردن گره های محکم و یا بریدن چسب اینها کارهایی هستند که می تواند به روکش ها و یا حتی دندان های طبیعی آسیب فراوانی بزند. و باعث ترک خوردگی و لب پر شدن و شکستگی دندان ها و روکش ها شود.

قیمت دندان مصنوعی ژله ای در مشهد با کاهش هزینه کارت تخفیف دندانپزشکی مهرآز

#### **- ۶ پرهیز از خوردن غذاهای سفت**

خوردن غذاهای سفت، شکستن پیسته و فندق و بادام با دندان ، جویدن یخ و خوردن ته دیگ های خیلی سفت باعث شده تا ترک خوردگی و شکستگی در روکش های دندانی و نیز خود دندان های طبیعی به وجود آید.

آموزش سفید کردن دندان با نشاسته در منزل

#### **- ۷ استفاده از محافظ دندان**

افرادی که فعالیت های رزمی انجام می دهند. در این ورزش ها امکان ضربه خوردن به فک و دندان ها بیش از افراد دیگر است. به همین جهت افرادی که مشغول به ورزش هایی مانند بوکس و کاراته و دیگر ورزش های رزمی هستند باید در هنگام تمرین و یا مسابقات از محافظ دندان استفاده نمایند. تا در صورت خوردن ضربه ها حداقل آسیب به روکش ها و دندان ها وارد آید.

کاهش هزینه لامینت دندان با کارت تخفیف دندانپزشکی مهرآز

#### **- ۸ چکاپ های ۶ ماهه دندان پزشکی**

برای اطمینان از سلامت دندان های طبیعی لازم است که هر ۶ ماه یکبار به دندانپزشکی مراجعه نمایید. برای چکاپ سلامتی دندان های لامینت شده نیز باید هر ۶ ماه یکبار به دندان پزشکی مراجعه نمایید تا در صورت آسیب دیدن به سرعت ترمیم و درمان شوند.

آشنایی با مزایا و معایب استفاده از کیت سفید کننده دندان

### **تعویض لامینت دندان**

در هر صورت لمینت دندان شما بدون در نظر گرفتن چگونگی مراقبت از آنها ، مجبور به تعویض خواهند شد. هنگامی که به روکشهای لمینت جایگزین احتیاج دارید ، دیگر لازم نیست که مراحل آماده سازی دندان را دوباره طی کنید. زیرا دندان های شما از قبل آماده شده است. تا زمان ساخت روکشهای جایگزین شما مجبور به استفاده از روکش موقت لمینت دندان

هستید. پس از قرار دادن روکشهای جدید لمینت دندان ، سالها می توانید از روکشهای لمینت دندان استفاده کنید ، دقیقا مانند لمینت سرامیکی اولیه شما.

**سفید شدن دندان ها با لامینت چگونه انجام میشود؟**

هزینه **لمینت سرامیکی** با داشتن مهراز کارت

متوسط طول عمر لامینت دندان حدود ۱۰ سال است. با مراقبت و درمان مناسب ، این بازه زمانی ممکن است طولانی شود و تا ۲۰ سال ادامه یابد. اگر یکی از موارد زیر اتفاق افتاد ، ممکن است لازم باشد که روکشهای لمینت دندان خود را زودتر جایگزین کنید:

در صورتیکه روکشهای لمینت دندان شما تراش بردارند یا ترک بخورند. یا به سادگی فرسوده شوند. لمینت های دندان از سرامیک ساخته شده اند. و با وجود این که بادوام هستند. اگر بهداشت و مراقبت های لمینت را رعایت نکنید ، می توانند فرسوده یا شکسته شوند.

در صورتیکه دندانی که روکش لمینت روی آن قرار دارد ، پوسیده شود. اگرچه روکشهای لمینت دندان از دوام بالایی برخوردار هستند ، دندان شما در زیر روکش لمینت ممکن است دچار پوسیدگی شود.

انجام **پولیش لمینت دندان** با کارت تخفیف دندانپزشکی مهراز

**جرمگیری دندان با لیزر** چگونه انجام میشود؟

## عدم رعایت بهداشت دهان با داشتن لامینت دندان

در صورتیکه بهداشت ضعیف دندان و بیماری لثه باعث شود تا لمینت دندان شما از لثه شما جدا شود. لمینت دندان به همان اندازه دندانهای عادی شما به مراقبت نیاز دارند. اگر مراقب دهان و دندان خود نباشید. لثه های شما می توانند شروع به پوسیدگی کنند ، و سبب ایجاد فاصله بین لمینت و لثه ی شما شود.

در صورتیکه لمینت دندان اولین بار اشتباه نصب شود. اگر دندانپزشک شما ماهر نبوده و لمینت دندان را بدون قالب گیری صحیح دندان روی دندان شما نصب کند. این می تواند بسیار دردناک باشد. در کلینیک دندانپزشکی سیب سفید یک قالب سفارشی شده برای دندان های شما ساخته می شود. تا هنگام نصب آنها اطمینان حاصل کنیم که روکش های لمینت دندان شما مناسب هستند.

دیگران مطالعه میکنند:

**کاربرد ژل سفید کننده دندان فوری**

**مراقبت بعد از لامینت دندان چگونه است؟**

**بهترین سفید کننده دندان در داروخانه چیست؟**

منابع: الهام گرفته از مجموعه مقالات بین المللی ISI درباره **لمینت دندان**