

مصرف صحیح قطره آهن کودکان

مصرف صحیح قطره آهن کودکان نقش مهمی را در ساختار هموگلوبین گلوبول‌های قرمز وی ایفا می‌کند. مصرف این دارو باعث اکسیژن رسانی بهتر در خون می‌شود. کمبود آهن باعث افت رشد طبیعی، کاهش بهره‌ی هوشی، قدرت یادگیری و مقاومت بدن در کودکان می‌شود. همچنین ضعف، بی‌حالی و خستگی زودرس را برای کودکان به همراه دارد.

جهت تهیه [بیمه دندانپزشکی](#) با مهر از کارت همراه شوید

کم خونی کودکان

از جهتی تغذیه‌ی نامناسب باعث ابتلای کودکان به کم خونی می‌شود. که متخصصان تغذیه تنها مصرف قطره آهن را برای این دسته از کودکان توصیه می‌کنند.

اما بسیاری از والدین به اشتباه تصور می‌کنند استفاده از قطره برای کودکان، باعث [پوسیدگی دندان](#) می‌شود. اما بر اساس نظر متخصصان دندانپزشک زیبایی، استفاده از قطره‌ی آهن هیچ تأثیری بر روی ساختار دندان ندارد. بلکه در صورت درست مصرف نشدن تنها باعث تغییر رنگ و سیاه شدن دندان‌های کودکان می‌شود.

آیا مصرف آهن باعث پوسیدگی دندان می‌شود؟

بهترین متخصصان زیبایی معتقدند که اگر دندان‌های کودکان به دلیل مصرف آهن سیاه و تیره شود. همچنان سالم هستند. پس آهن هیچ تأثیری بر روی پوسیدگی دندان ندارد اما باعث می‌شود تا ظاهر دندان‌ها نازیبا شود. به طوری که بر روی اعتماد به نفس کودک تأثیر منفی ایجاد می‌کند.

نکته قابل توجه این است که دندان‌هایی که در اثر برخورد با قطره آهن سیاه یا قهوه‌ای تیره می‌شوند. همچنان سالم هستند و به مراقبت‌های بهداشتی نیاز دارند.

[بهترین کلینیک دندانپزشکی کودکان کجاست؟](#)

تغییر رنگ و پوسیدگی دندان

تغییر رنگ با پوسیدگی دندان تفاوت دارد. با برخورد آهن با دندان‌ها، ساختار آن‌ها هیچ آسیبی نمی‌بیند. بلکه دارو با [مینای دندان](#) برخورد کرده. باعث ایجاد لکه‌های قهوه‌ای رنگ بر روی دندان می‌شود. که البته تغییر رنگ دندان‌ها پس از مصرف قطره آهن، قابل برطرف شدن است.

رفع تیرگی دندان کودک

توجه داشته باشید که اگر دندان‌های کودک به طور کامل تیره و قهوه‌ای شده باشند. با مراجعه به یک [دندانپزشک خوب](#) قابل درمان است. اما اگر میزان آن زیاد نباشد و یا به تازگی دندان‌های کودک تیره شده باشند. به مرور زمان تیرگی دندان‌ها برطرف می‌شود.

جهت مشاهده [هزینه ارتودنسی دندان](#) کلیک کنید.

مشاهده [هزینه مشاوره کودک](#) و نوجوان

نکاتی در جهت استفاده از قطره آهن

لازم است والدین در جهت استفاده درست از قطره آهن نکاتی را بدانند که از بروز مشکل و تیرگی در دندان‌های کودکان پیشگیری کنند:

• شستشوی دندان‌ها بعد از قطره

هرگز فراموش نکنید که دندان‌های کودک را بعد از مصرف این دارو بشویید. اگر مقداری آب جوشیده‌ی سرد را از قبل آماده کنید. می‌توانید با آن دندان‌های کودک را بشویید. اگر از یک مسواک نرم هم برای **شستشوی دندان‌های کودک** استفاده کنید. تاثیر قطره آهن به طور کامل از روی دندان کودک از بین می‌رود. اگر قطره آهن را به کودکان زیر ۳ سال می‌دهید و **صحيح مسواک زدن** برای‌تان مقدور نیست. می‌توانید با کمک یک گاز استریل یا پارچه‌ی تمیز و مرطوب، دندان‌های کودک را تمیز کنید.

• مصرف آهن در حالت خوابیده کودک

اگر زمانی که کودک در حالت ایستاده و یا نشسته است، به او قطره‌ی آهن دهید ممکن است با دندان‌های او برخورد کند. اما وقتی کودک در حالت خوابیده باشد و قطره را بر روی زبان او بریزید. بلافاصله بعد از قورت دادن، قطره راهی گلو شده و با دندان‌ها تماسی ندارد. برای راحتی بیشتر کودک می‌توانید یک بالش‌ت نازک در زیر سر او قرار دهید تا بلعیدن قطره آهن برای کودک راحت‌تر انجام شود.

• مصرف آهن با استفاده از قطره چکان

یکی از توصیه‌های مهمی که یک دندانپزشک برای جلوگیری از سیاه شدن دندان‌های کودکان پس از مصرف آهن دارد. استفاده از قطره چکان است. زمانی که والدین با کمک قطره چکان، قطره آهن را در دهان کودک و بر روی زبان تخلیه می‌کنند. از ایجاد تماس این دارو با دندان‌های وی جلوگیری می‌شود. در نتیجه کمبود آهن در بدن کودک از بین می‌رود و از سوی دیگر این قطره با دندان‌ها تماس پیدا نمی‌کند.

والدین محترم لطفاً **بیماری های دندان در کودکان** را بشناسید!

• بعد از آهن لبنیات مصرف نکنید

به دلیل اینکه مصرف لبنیات باعث کاهش میزان آهن در بدن می‌شود. بلافاصله بعد از مصرف قطره آهن، به کودک لبنیات ندهید. بسیاری از والدین با این تصور که لبنیات حاوی مقادیر زیادی از کلسیم است. به حفظ سلامت دندان‌ها کمک می‌کند، سعی می‌کنند بلافاصله بعد از مصرف قطره آهن، به کودک شیر بدهند. در حالی که این کار تاثیر آهن را از بین می‌برد و مجدداً باید یک دوره‌ی جدید قطره را برای کودک استفاده کنید. این کار به مرور زمان باعث آسیب زدن به دندان‌ها می‌شود.

جهت مشاهده **تعرفه دندانپزشکی** اینجا کلیک کنید.

• همزمان با این قطره به کودک آب پرتقال بدهید

یکی دیگر از نکات مهم در زمان خوراندن آهن به کودکان، دادن آب پرتقال به آن‌هاست. زیرا این نوشیدنی حاوی مقادیر زیادی از ویتامین C است. که به جذب بهتر آهن در بدن کمک می‌کند. همچنین از ایجاد تغییر رنگ در دندان‌های کودک نیز جلوگیری می‌کند. کودک نیز به دلیل میل بیشتری که به خوردن آب پرتقال دارد. حرف‌شنوی بهتری در مورد نحوه‌ی صحیح مصرف آهن دارد.

جهت تهیه **بیمه تکمیلی دندانپزشکی** با مشاورین مهراز کارت همراه شوید

منابع: الهام گرفته از مجموعه مقالات بین المللی ISI درباره **دندانپزشکی اطفال**