

دندانپزشکی سالمندان

دندانپزشکی سالمندان: سالخورگی فرایندی است که امروزه در نتیجه افزایش امید به زندگی با رشد بسیار بالایی همراه است. در حال حاضر استاندارد خاصی به عنوان معیار عددی سالمندی وجود ندارد. و یک توافق جهانی مبنی بر استفاده از نقطه مرزی ۶۰ سال به بالا وجود دارد. جمعیت ایران به خصوص افراد بالای ۶۵ سال به شدت رو به افزایش است. از این رو تعداد سالمندان نیز در جامعه گسترش پیدا کرده. و بالتبع آن نیازهای دندانپزشکی مختص به افراد سالمند نیز افزایش داشته است. با توجه به سطح سواد، این قشر از جامعه اطلاعات بهداشتی خوبی دارند. و تعداد سالمندانی که به طور کامل بی دندان شده اند بسیار کم است. با توجه به خدمات خاصی که این گروه از جامعه نیاز دارند. توجه به نیازهای دندانپزشکی آنها در راستای ضرورت سلامت عمومی ایشان نیز اهمیت دارد.

از لحاظ جنسیتی مراقبت های سلامتی در مردان و زنان سالمند متفاوت است. و زنان رغبت بیشتری به این امر دارند. سالمندان با افزایش سن علاوه بر قرار گرفتن در معرض خطر مشکلات بهداشت دهان و دندان، دچار ناتوانی در رعایت بهداشت دهان و دندان ها نیز می شوند. از سویی دیگر دسترسی به مرکز دارای خدمات دندانپزشکی نیز از معضلات این گروه سنی است.

به طور کلی انجام مراقبت های دهان و دندان برای جامعه سالمند باید با دقت و احترام خاصی صورت بگیرد. ولی در جامعه ما دسترسی افراد سالمند به مراکز خدمات دندانپزشکی سخت است. از جمله مزایای **کارت تخفیف دندانپزشکی** مهر از این است که علاوه بر معرفی مطب های متعدد دندانپزشکی در سطح شهر تهران و کرج، امکان معرفی نزدیک ترین مطب دندانپزشکی به محل سکونت افراد سالمند را داراست. این امر به منظور ارائه خدمات دندانپزشکی بهتر و سهولت رفت و آمد سالمندان در سطح شهر صورت می گیرد.

مشکلات رایج دندانپزشکی سالخوردگان و علل مراجعه

قبل از انجام هر گونه خدمات دندانپزشکی برای سالمندان باید از مشکلات آن ها آگاه شد. در افراد سالمند پیشگیری نقش مهمی در تأمین سلامت این گروه بر عهده دارد. از مشکلات رایج افزایش سن، کاهش تدریجی بزاق در دهان است. خشکی دهان یکی از مشکلاتی است که موجب می شود جویدن و بلعیدن غذا سخت شده و مزه غذاها کمتر احساس شود. افراد سالمند به دلیل کاهش حس چشایی و بویایی سمت غذاهایی می روند که معمولاً طعم و مزه آن ها قوی تر است. مانند غذاهای شور و شیرین. این نوع تغذیه هم با قند بیشتری که دارد در محیط کم بزاق دهان، باعث سوزش دهان، کاهش اشتها و پوسیدگی بیشتر دندان ها می شود.

تغییراتی که در بافت دندان افراد سالمند ایجاد می شود شامل تغییر رنگ مینای دندان ها، ایجاد حفره و پوسیدگی در دندان، قرمز و متورم شدن لثه ها و حساسیت دندان است. در سایش دندانی با از دست دادن مینا، عاج نیز دستخوش تغییر می شود. افزایش میزان پوسیدگی های ریشه دندان از مشکلات شایع دیگر این گروه سنی است.

نتایج تحقیقات صورت گرفته نشان می دهد که در ایران مهم ترین تغییر سالمندی در دهان، از دست دادن دندان هاست. به طوری بیش از نیمی از افراد سالمند ساکن در شهر و روستا مشکل بی دندانی دارند. عده کثیری از این افراد حتی فاقد پروتزهای متحرک یا همان **دست دندان مصنوعی** نیز هستند. متوسط دندان های باقیمانده بین ۴ تا ۸ عدد گزارش شده که در اغلب موارد مشکلات پریودنتال وجه غالب آن ها بوده است.

با از دست دادن دندان ها افراد سالمند به پروتزهای متحرک روی می آورند. **بیمه دندانپزشکی مهر از**، کلیه خدمات دندانپزشکی مرتبط با دست دندان کامل را با تخفیف ۵۰٪ درصد و نصف قیمت برای سالمندان محترم ارائه می دهد.

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

پیشنهاداتی برای رفع مشکلات دندانپزشکی سالمندان

تشخیص مشکلات بهداشت دهان و دندان در سالمندان، منجر به تأثیرات مثبت روحی روانی بر آن ها و گامی در راستای ارتقاء سلامت جامعه سالمند کشور است. از سوی دیگر مدیریت صحیح دندان ها و لثه می تواند به سالمندان در جلوگیری از مسایل مربوط به سلامت آن ها و افزایش کیفیت زندگی شان کمک کند.

در این راستا هر گونه فعالیت دندانپزشکی برای این بیماران با در نظر گرفتن اصول ضروری قابل انجام است. از جمله راه‌های مؤثر برای رفع خشکی دهان در دوره سالمندی استفاده از محلول‌های شستشوی دهان با توصیه دندانپزشک، پرهیز از مصرف خودسرانه دارو و دخانیات، شست و شوی دهان با آب قیل از غذا، نوشیدن مایعات به ویژه آب به میزان شش تا هشت لیوان و به صورت جرعه جرعه، مصرف میوه و سبزی های تازه و پرهیز از مصرف غذاهای شور یا بسیار ترش است.

برای پیشگیری از درد، مشکلات دهان و دندان و وارد آمدن هزینه های سنگین درمان در دوران سالمندی حتما رعایت معاینات منظم دندان پزشکی را در برنامه خود قرار دهید. برای مراقبت بهتر از دندان ها در سالمندی نیز باید دو بار در روز مسواک بزنید و نخ دندان بکشید.

جهت تهیه بیمه دندانپزشکی با مشاورین مهراز کارت همراه شوید

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

