

روش‌های ارتودنسی

اگر از شکل و نظم دندان‌هایتان راضی نیستید یا احساس می‌کنید که ناهنجاری‌های دندانی بر اعتماد به نفس شما تأثیر می‌گذارد، ارتودنسی می‌تواند گزینه‌ای مناسب برای شما باشد. با استفاده از تکنیک‌های پیشرفته، ارتودنسی به شما کمک می‌کند تا دندان‌هایی منظم و جذاب داشته باشید و از لبخند زدن بدون نگرانی لذت ببرید. در این مقاله از مهراز به بررسی روش‌های ارتودنسی می‌پردازیم تا بتوانید برای درمان ناهنجاری‌های دندان خود بهترین انتخاب را داشته باشید.

با تهیه **بیمه دندانپزشکی** می‌توانید **هزینه دندانپزشکی** درمانی و زیبایی خود را تا ۵۰٪ کاهش دهید...

موارد مهمی که در این مقاله می‌خوانید:

[چرا به ارتودنسی نیاز داریم؟](#)

[انواع روش‌های ارتودنسی](#)

[مزایای ارتودنسی](#)

ارتودنسی چیست؟

ارتودنسی یک تخصص دندانپزشکی است که به اصلاح مشکلات دندانی و فک می‌پردازد. این درمان، نه تنها باعث بهبود ظاهر دندان‌ها می‌شود، بلکه عملکرد صحیح جویدن و تکلم را نیز تقویت می‌کند. علاوه بر این، ارتودنسی با پیشگیری از مشکلات دندانی در آینده، به حفظ سلامت دهان و دندان شما کمک می‌کند و لبخندی متناسب و زیبا را به شما هدیه می‌دهد.

[ارتودنسی دندان](#) با کاهش هزینه ۳۰٪ با بیمه دندانپزشکی مهراز

چرا به ارتودنسی نیاز داریم؟

ارتودنسی تنها به زیبایی لبخند شما کمک نمی‌کند، بلکه بر سلامت عمومی دهان و دندان نیز تأثیر زیادی دارد. در اینجا دلایلی که چرا ممکن است به درمان ارتودنسی نیاز داشته باشید آورده شده است:

• تصحیح مشکلات دندانی:

بسیاری از افراد با مشکلاتی مانند دندان‌های کج، نامرتب، یا فاصله‌های زیاد بین دندان‌ها مواجه‌اند. ارتودنسی می‌تواند این نواقص را برطرف کند و دندان‌ها را در موقعیت صحیح خود قرار دهد.

• اصلاح مشکلات فکی:

گاهی اوقات فک‌ها به دلیل رشد نادرست، دچار انحراف می‌شوند که می‌تواند به مشکلاتی مانند فک بالا یا پایین جلو آمده یا عقب رفته منجر شود. این مشکلات نه تنها بر ظاهر صورت تأثیر می‌گذارد بلکه می‌تواند بر عملکرد جویدن نیز اثر منفی بگذارد.

• بهبود عملکرد جویدن و گفتار:

ناهماهنگی‌های دندانی و فکی می‌توانند باعث بروز مشکلات در جویدن غذا و حتی گفتار شوند. ارتودنسی با تنظیم دندان‌ها و فک‌ها می‌تواند این مشکلات را برطرف کند.

• کاهش خطر مشکلات بهداشتی دندان:

دندان‌های نامرتب و شلوغ به راحتی تمیز نمی‌شوند و این امر می‌تواند به پوسیدگی دندان و بیماری‌های لثه منجر شود. ارتودنسی به شما کمک می‌کند تا به راحتی دندان‌های خود را مسواک زده و از مشکلات بهداشتی جلوگیری کنید.

• افزایش اعتماد به نفس با ارتودنسی:

وقتی دندان‌ها و فک شما در وضعیت مناسب قرار گیرند، نه تنها از نظر سلامتی بلکه از نظر ظاهری نیز تغییرات زیادی خواهید دید. این تغییرات می‌توانند به افزایش اعتماد به نفس شما و بهبود کیفیت زندگی‌تان کمک کنند.

انواع روش‌های ارتودنسی

در درمان ارتودنسی، هدف اصلی اصلاح ناهنجاری‌های دندانی و فکی است. برای دستیابی به این هدف، روش‌های مختلفی وجود دارد که بسته به شرایط هر بیمار، مناسب‌ترین گزینه انتخاب می‌شود. این روش‌ها به طور کلی به دو گروه اصلی تقسیم می‌شوند: ارتودنسی ثابت و ارتودنسی متحرک.

• ارتودنسی ثابت

در روش‌های ثابت، ابزارهای ارتودنسی به طور دائم بر روی دندان‌ها نصب می‌شوند و بیمار نمی‌تواند آن‌ها را خارج کند. این نوع درمان بیشتر برای افرادی که نیاز به اصلاحات پیچیده‌تری دارند، مناسب است. انواع مختلف ارتودنسی ثابت شامل موارد زیر است:

• ارتودنسی فلزی

این نوع از قدیمی‌ترین و شناخته‌شده‌ترین روش‌ها است که در آن از براکت‌های فلزی و سیم استفاده می‌شود. این روش با وجود ظاهر مشخص خود، معمولاً به دلیل کارایی بالا و هزینه پایین‌تر، طرفداران زیادی دارد.

• ارتودنسی سرامیکی

برای کسانی که نگران ظاهر درمان خود هستند، ارتودنسی سرامیکی یک گزینه عالی است. در این روش، براکت‌ها به رنگ دندان طراحی می‌شوند و بنابراین کمتر از دید دیگران قابل مشاهده هستند.

• ارتودنسی زبانی

یکی از پیشرفته‌ترین انواع ارتودنسی است که براکت‌ها در پشت دندان‌ها قرار می‌گیرند. به همین دلیل، این نوع درمان از نظر ظاهری کاملاً نامرئی است و هیچ اثری از براکت‌ها در جلوی دندان‌ها دیده نمی‌شود.

• ارتودنسی دیمون

در این روش از براکت‌های خودتنظیم استفاده می‌شود که به مراتب راحت‌تر و سریع‌تر از سایر انواع ارتودنسی تنظیم می‌شوند. این روش علاوه بر راحتی، نیاز به مراجعه‌های مکرر به دندانپزشک را کاهش می‌دهد.

• ارتودنسی متحرک

ارتودنسی متحرک به بیمار این امکان را می‌دهد که ابزارهای درمانی خود را از دهان خارج کرده و در صورت لزوم آن‌ها را مجدداً در جای خود قرار دهد. این نوع درمان بیشتر برای اصلاح ناهنجاری‌های خفیف و جزئی مناسب است. همچنین در بسیاری از موارد، از ارتودنسی متحرک برای حفظ نتایج درمان‌های ثابت استفاده می‌شود.

• پلاک‌ها: این ابزارها به صورت شفاف یا رنگی ساخته می‌شوند و می‌توانند به راحتی توسط بیمار در زمان‌های دلخواه برداشته شوند. پلاک‌ها می‌توانند به اصلاح موقعیت دندان‌ها و فک‌ها کمک کنند.

- ریتینرها: این ابزارها معمولاً پس از اتمام درمان ارتودنسی ثابت برای حفظ موقعیت جدید دندان‌ها و جلوگیری از بازگشت به وضعیت قبلی استفاده می‌شوند.

مزایای ارتودنسی

• زیبایی و هارمونی در لبخند:

یکی از بزرگترین مزایای ارتودنسی، داشتن لبخندی جذاب و متوازن است. این درمان به شما کمک می‌کند تا از دندان‌هایی مرتب و زیبا برخوردار شوید که اعتماد به نفس شما را تقویت می‌کند.

• بهبود عملکرد دندان‌ها:

مشکلاتی مانند سختی در جویدن یا حرف زدن، به راحتی با درمان ارتودنسی اصلاح می‌شود. با قرار گرفتن دندان‌ها در موقعیت مناسب، فرآیند جویدن غذا و صحبت کردن آسان‌تر و مؤثرتر می‌شود.

• افزایش اعتماد به نفس:

دندان‌های مرتب و سالم می‌توانند تاثیر زیادی بر ظاهر شما داشته باشند. لبخند شما زیباتر می‌شود و این موضوع به طور مستقیم بر اعتماد به نفس شما و احساس بهتری که نسبت به خودتان دارید، تأثیر می‌گذارد.

• پیشگیری از مشکلات جدی‌تر دندانها با ارتودنسی:

ارتودنسی فقط به زیبایی مربوط نمی‌شود، بلکه سلامت دهان و دندان را نیز بهبود می‌بخشد. این درمان می‌تواند از مشکلاتی مانند پوسیدگی دندان و التهاب لثه‌ها جلوگیری کند، چرا که دندان‌های مرتب تمیز نگه‌داشتن‌شان راحت‌تر است.

فرآیند درمان ارتودنسی

درمان ارتودنسی یک فرآیند پیچیده و تدریجی است که هدف آن اصلاح مشکلات دندان‌ها و هماهنگ‌سازی فک‌ها برای داشتن لبخند زیبا و عملکرد بهتر است. این مراحل به شرح زیر است:

• جلسه مشاوره اولیه

در اولین ملاقات، متخصص ارتودنسی وضعیت دهان و دندان‌های شما را به طور دقیق بررسی می‌کند. با توجه به نیازهای شما، یک برنامه درمانی اختصاصی تدوین می‌شود که در آن نوع درمان و مدت زمان مورد نیاز مشخص می‌شود.

• آماده‌سازی دندان‌ها برای ارتودنسی

پیش از نصب دستگاه‌های ارتودنسی، دندان‌های شما باید کاملاً تمیز شوند. در صورتی که دندان‌های پوسیده یا مشکلات لثه‌ای وجود داشته باشد، ابتدا این مسائل درمان می‌شوند تا فرآیند ارتودنسی بدون مشکل پیش برود.

• نصب دستگاه ارتودنسی

در این مرحله، براکت‌ها (قطعات فلزی یا سرامیکی کوچک) به دندان‌های شما چسبانده می‌شوند. سپس، یک سیم نازک از میان این براکت‌ها عبور داده می‌شود تا دندان‌ها را به تدریج به موقعیت صحیح هدایت کند. این سیم‌ها به طور منظم تنظیم خواهند شد تا فشار مناسب را به دندان‌ها وارد کنند.

• تنظیمات منظم ارتودنسی

در طول درمان، شما باید به طور مرتب به ارتودنسیست مراجعه کنید. هر بار سیم‌ها و براکت‌ها به دقت تنظیم می‌شوند تا حرکت دندان‌ها در مسیر صحیح ادامه یابد. این جلسات معمولاً هر چند هفته یک بار برگزار می‌شوند.

• اتمام درمان و برداشتن دستگاه‌های ارتودنسی

پس از اینکه دندان‌ها به موقعیت نهایی خود رسیدند، براکت‌ها و سیم‌ها برداشته می‌شوند و شما شاهد دندان‌هایی صاف و مرتب خواهید بود. در این مرحله، ارزیابی نهایی از وضعیت دندان‌ها انجام می‌شود.

• استفاده از نگهدارنده (ریتینر)

برای حفظ نتایج درمان و جلوگیری از حرکت دوباره دندان‌ها، استفاده از نگهدارنده پس از برداشتن براکت‌ها ضروری است. این دستگاه به مدت زمان معینی باید استفاده شود تا موقعیت دندان‌ها ثابت باقی بماند.

انتخاب بهترین روش ارتودنسی

روش‌های مختلف ارتودنسی می‌توانند بر اساس شرایط خاص هر فرد متفاوت باشند. عواملی چون نوع ناهنجاری دندانی، سن بیمار، میزان شدت مشکل و حتی سبک زندگی فرد در انتخاب شیوه درمان تأثیرگذار هستند. از آنجایی که هر فرد نیازهای منحصر به فردی دارد، بهترین راه برای انتخاب درمان مناسب، مشاوره با یک ارتودنسیست مجرب است که بتواند تمامی این جوانب را بررسی کرده و روش درمانی بهینه را پیشنهاد دهد.

سخن پایانی درباره ارتودنسی

در آخر میتوان گفت ارتودنسی، درمانی با ارزش و تأثیرگذار در سلامت دندان شما میباشد که میتواند با انجام آن به لبخند زیبایی دست پیدا کنید. انتخاب دندانپزشک ماهر در این زمینه نیز میتواند بسیار تأثیرگذار باشد.

کارت تخفیف دندانپزشکی

شما با داشتن کارت تخفیف دندانپزشکی مهراز میتوانید کاهش هزینه ۵۰ درصدی تمامی خدمات متنوع درمانی و زیبایی دندان را برای داشتن لبخندی زیباتر و سلامت بیشتر دهان و دندان خود استفاده نمایید. با تهیه کارت تخفیف دندانپزشکی، می‌توانید به راحتی فهرستی از دندانپزشکان متخصص را در اختیار داشته و بهترین گزینه را برای خود انتخاب کنید.

تخفیف کارت پزشکی و دندانپزشکی

شما میتوانید با دریافت تخفیف کارت پزشکی و دندانپزشکی تا ۵۰٪ در هزینه‌های درمانی و زیبایی دندانپزشکی خود صرفه‌جویی کرده و امکان استفاده از خدمات پزشکان و دندانپزشکان متخصص در سراسر کشور را داشته باشید. در نتیجه همه افرادی که نیاز به دریافت خدمات دندانپزشکی دارند میتوانند در رابطه با هزینه‌های گزاف دندانپزشکی و دریافت خدمات از پزشکان زبده اطمینان خاطر داشته باشند.

ارزان ترین بیمه دندانپزشکی

شما میتوانید تنها با پرداخت حق عضویت اولیه تا یک سال از ارزان ترین بیمه دندانپزشکی با عنوان مهراز کارت، بدون پرداخت هیچگونه هزینه جانبی دیگری استفاده نموده و همچنین میتوانید تا ۵ سال متوالی پس از دریافت مهراز کارت با پرداخت یک سوم هزینه اولیه آن را تمدید نمایید. علاوه بر این شما به ازای دریافت خدمات در مراکز درمانی مهراز کارت میتوانید از کاهش هزینه ۵۰ درصد واقعی استفاده نمایید و این در حالی است که بسیاری از مراکز بیمه نهایتاً ۱۰ تا ۲۰ درصد از هزینه‌های دندانپزشکی را پوشش میدهند.

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