

ماندگاری لمینت دندان

اگر تا به حال به فکر داشتن لبخندی درخشان و دندان‌هایی صاف و زیبا افتاده‌اید، احتمالاً نام لمینت دندان به گوشتان خورده است. اما یک سؤال مهم همیشه ذهن مخاطبان را درگیر می‌کند: لمینت دندان چقدر ماندگاری دارد؟

در این مقاله، به‌صورت کامل و کاربردی به این سؤال پاسخ می‌دهیم، نکاتی برای افزایش طول عمر لمینت‌ها ارائه می‌کنیم، روش‌های خانگی مراقبت را توضیح می‌دهیم و به شما کمک می‌کنیم تصمیمی آگاهانه برای زیبایی لبخندتان بگیرید.

با تخفیف [هزینه دندانپزشکی](#) و خدمات زیبایی با تخفیف و [بیمه دندانپزشکی](#) مشاهده

موارد مهمی که در این مقاله می‌خوانید

[ماندگاری لمینت دندان چقدر است؟](#)

[روش‌های کاربردی افزایش ماندگاری لمینت دندان](#)

[روش‌های خانگی برای مراقبت از لمینت دندان](#)

لمینت دندان چیست؟

لمینت دندان یا ونیر، یک لایه‌ی نازک از جنس سرامیک یا کامپوزیت است که روی سطح جلویی دندان قرار می‌گیرد تا رنگ، فرم و ظاهر دندان‌ها را بهبود ببخشد. لمینت‌ها بیشتر برای اصلاح موارد زیر استفاده می‌شوند:

- تغییر رنگ دندان‌ها
- شکستگی یا لب‌پریدگی
- نامرتبی‌های خفیف
- فاصله بین دندان‌ها

ماندگاری لمینت دندان چقدر است؟

ماندگاری لمینت دندان به عوامل مختلفی بستگی دارد؛ اما به طور میانگین:

نوع لمینت ماندگاری تقریبی

لمینت سرامیکی ۱۰ تا ۱۵ سال

لمینت کامپوزیتی ۵ تا ۷ سال

نکته مهم اینجاست که این اعداد به شرط رعایت مراقبت‌های لازم و بهداشت دهان و دندان صادق هستند.

چه عواملی بر ماندگاری لمینت دندان تاثیر می‌گذارند؟

- جنس لمینت

لمینت‌های سرامیکی مقاومت و ظاهر طبیعی‌تری دارند. کامپوزیتی‌ها ارزان‌تر اما آسیب‌پذیرترند.

- مهارت دندانپزشک

نصب اصولی لمینت و انتخاب درست رنگ و فرم نقش مهمی در ماندگاری دارند.

- رعایت بهداشت دهان و دندان

استفاده مرتب از مسواک، نخ دندان و دهانشویه اهمیت زیادی دارد

- عادات رفتاری

دندان قروچه، جویدن یخ یا ناخن، باز کردن در بطری با دندان‌ها، مصرف نوشیدنی‌های رنگ‌دار مثل قهوه یا چای، عمر لمینت را کاهش می‌دهد

- مراجعه منظم به دندانپزشک

چکاپ‌های دوره‌ای و جرم‌گیری دندان‌ها می‌توانند به افزایش عمر لمینت کمک کنند.

روش‌های کاربردی برای افزایش ماندگاری لمینت دندان

برای اینکه لمینت‌های شما سال‌ها دوام بیاورند و لبخندتان همچنان زیبا باقی بماند، رعایت موارد زیر ضروری است:

۱. مسواک زدن اصولی

حداقل ۲ بار در روز با مسواک نرم و خمیر دندان غیرساینده دندان‌ها را تمیز کنید

۲. نخ دندان فراموش نشود

نخ دندان باعث جلوگیری از تجمع پلاک بین دندان‌ها می‌شود که به مرور باعث خرابی لمینت‌ها نیز خواهد شد

۳. پرهیز از خوراکی‌های بسیار سفت و چسبناک

پسته، یخ، شکلات‌های سخت و آدامس‌های چسبناک می‌توانند به لمینت آسیب بزنند

۴. استفاده از محافظ شبانه در صورت دندان قروچه

اگر شب‌ها دندان قروچه دارید، حتماً از محافظ دندان استفاده کنید تا از ترک خوردن لمینت جلوگیری شود

۵. سیگار و نوشیدنی‌های رنگ‌دار

ترک مصرف سیگار و کاهش مصرف قهوه و چای غلیظ باعث می‌شود لمینت‌ها دیرتر تغییر رنگ بدهند

روش‌های خانگی برای مراقبت از لمینت دندان

مراقبت‌های خانگی نه تنها در افزایش طول عمر لمینت مؤثرند، بلکه از هزینه‌های ترمیم نیز جلوگیری می‌کنند

- شست‌وشوی روزانه با آب نمک ولرم: به کاهش التهاب لثه‌ها کمک می‌کند
- استفاده از مسواک برقی: این نوع مسواک‌ها پاکسازی عمیق‌تری ایجاد می‌کنند
- شست‌وشو با جوش شیرین (ماهانه یک‌بار): خاصیت ضد باکتری دارد، ولی نباید زیاد استفاده شود چون ساینده است
- روغن‌کشی با روغن نارگیل: روشی قدیمی و مفید برای بهداشت دهان و دندان

آیا بعد از مدتی باید لمینت دندان را تعویض کرد؟

بله. حتی با بهترین مراقبت‌ها، لمینت‌ها دائمی نیستند. پس از گذشت حدود ۱۰ تا ۱۵ سال (بسته به جنس)، ممکن است لازم باشد تعویض یا ترمیم شوند. برخی نشانه‌هایی که نشان می‌دهند زمان تعویض رسیده عبارتند از:

- تغییر رنگ شدید
- شکستگی یا ترک
- پوسیدگی دندان زیر لمینت
- لق شدن لمینت

جمع‌بندی: چگونه ماندگاری لمینت دندان را افزایش دهیم؟

ماندگاری لمینت، ترکیبی از جنس خوب، نصب اصولی و مراقبت مداوم است. اگر قصد انجام لمینت دارید یا لمینت دارید و می‌خواهید آن را تا سال‌ها حفظ کنید، حتماً توصیه‌های بالا را جدی بگیرید.

از بیایی لبخند، یک انتخاب است؛ اما ماندگاری آن، یک مسئولیت!

سوالات متداول درباره ماندگاری لمینت دندان

آیا لمینت دندان می‌افتد یا لق میشود؟

اگر لمینت به‌درستی نصب نشده باشد یا از چسب مناسب استفاده نشود، ممکن است لق شود یا بیفتد. اما در حالت عادی خیر.

لمینت دندان تغییر رنگ می‌دهند؟

لمینت سرامیکی بسیار مقاوم به رنگ‌پذیری است، ولی در صورت مصرف زیاد قهوه، چای، یا سیگار ممکن است به مرور تغییر رنگ دهد.

لمینت دندان درد دارد؟

خیر. انجام آن معمولاً بدون درد و با بی‌حسی موضعی انجام می‌شود.

لمینت دندان برای همه مناسب است؟

خیر. افرادی که پوسیدگی فعال دارند، دندان‌قروچه شدید دارند یا بهداشت دهانی ضعیف دارند، ممکن است گزینه خوبی برای لمینت نباشند.

بیمه دندانپزشکی

بیمه دندانپزشکی مهرآز با کاهش هزینه ۵۰ درصدی به عموم مشتریان این اطمینان را به شما می‌دهد که بتوانید با کمترین هزینه، سلامت دندان‌های خود را تضمین کنید. همانطور که میدانید هزینه‌های مرتبط با خدمات دندانپزشکی در دسته گران‌ترین خدمات درمانی قرار می‌گیرد. از این رو داشتن یک بیمه دندانپزشکی جهت کاهش هزینه‌های این خدمات میتواند در این شرایط بسیار کمک‌کننده باشد. در نتیجه شما میتوانید با انتخاب یک بیمه دندانپزشکی مناسب هزینه‌های خود را به طرز قابل توجهی کاهش دهید.

بهترین بیمه دندانپزشکی

از مهمترین ویژگی یک بیمه خوب و مناسب برای افراد میتوان به میزان درصد کاهش هزینه‌های آن اشاره نمود. بیمه دندانپزشکی مهرآز با پوشش ۵۰ درصد از هزینه‌های دندانپزشکی کمک‌شایانی به کاهش هزینه‌های دندانپزشکی مینماید.

از دیگر ویژگی‌های بهترین بیمه دندانپزشکی می‌توان به انتخاب آسان مراکز درمانی و پزشک و همچنین فرآیند سریع تهیه و ارسال بیمه نامه نیز اشاره کرد، که اینها باعث ارتقای تجربه شما در مراقبت‌های دندان می‌شوند.

خرید بیمه دندانپزشکی

مهر از از کاهش هزینه ۵۰ درصدی واقعی برای تمامی خدمات درمانی و زیبایی شما می‌توانید با [خرید بیمه دندانپزشکی](#) دندانپزشکی خود بهره مند شوید. همچنین از مزایای خرید کارت تخفیف دندانپزشکی مهر از می‌توان به امکان استفاده از خدمات بلافاصله پس از صدور کارت اشاره کرد. همچنین امکان مراجعه به نزدیکترین مراکز درمانی در سراسر کشور جهت استفاده از خدمات را خواهید داشت. برای دریافت این بیمه می‌توانید از طریق سایت و شبکه های اجتماعی و یا به صورت حضوری و تلفنی نیز اقدام نموده و در سریع ترین زمان ممکن بیمه نامه خود را در محل مورد نظرتان دریافت نمایید.

درباره [لمینت دندان](#) ISI منابع: الهام گرفته از مجموعه مقالات بین المللی

