



دانشگاه علوم پزشکی
و خدمات بهداشتی درمانی لرستان

دهانشویه ها

و نحوه استفاده از آنها



تبییه و تنظیم:

گروه سلامت دهان و دندان پزشکی اجتماعی

۱۴۰۱

تبییه کننده: فائزه گندمی روزبهانی

چند پرسش متداول

دهانشویه‌های حاوی الکل اثر بهتری دارند یا

دهانشویه‌های بدون الکل؟ دهانشویه‌های حاوی

الکل راحت‌تر جذب می‌شوند. اما استفاده طولانی مدت از آن می‌تواند باعث خشکی دهان و افزایش ریسک ابتلا به سرطان‌های داخل شود بنابراین دهانشویه‌های فاقد الکل ایمن‌تر هستند.

آیا زیاده‌روی در استفاده از دهانشویه می‌تواند عوارض

جانبی برای فرد داشته باشد؟ مصرف طولانی

دهانشویه‌های حاوی آب اکسیژنه موجب تحریک بافت نرم، از دست رفتن کلسیم سطوح دندان‌ها و رویش موهای سیاه‌روی زبان می‌شود. اگر از دوز غیرمجاز استفاده شود؛ تهوع، استفراغ، دردهای شکمی، تنگی نفس و اختلال هوشیاری از عوارض بلع اتفاقی کلرگزیدین و استیل پیریدینیوم است که با مشاهده این علائم باید بلافاصله با مرکز فوریت پزشکی تماس گرفت. دهانشویه‌های حاوی کلرگزیدین و استیل پیریدینیوم را نمی‌توان طولانی مدت استفاده کرد. چون باعث تغییر رنگ دندان، زبان و ترمیم‌ها می‌شود. لذا به توصیه دندانپزشک خود در مورد مدت زمان استفاده از این دهانشویه‌ها توجه کنید.

دهان شویه و خشکی دهان

زروستومی حالتی است که میزان ترشح بزاق در حفره‌های دهان کاهش پیدا می‌کند. از آنجا که کاهش بزاق احتمال پوسیدگی را افزایش می‌دهد، استفاده از یک دهان شویه حاوی فلوراید می‌تواند در رفع این مشکل کمک کند. البته الکل باعث خشکی دهان می‌شود، پس حتماً دهان شویه‌ای باید استفاده شود که الکل نداشته باشد. دهانشویه‌های حاوی آنزیم، ترکیبات سلولزی و موسین حیوانی می‌تواند ترکیب بزاق را تقلید کند و احساس وجود بزاق ایجاد کند و در نتیجه به کاهش عوارض ناشی از خشکی دهان کمک کند

روش صحیح استفاده از دهان شویه‌ها:

۱- قبل از استفاده از دهانشویه دندان‌های خود را مسواک بزنید و نخ دندان بکشید سپس مقدار مناسبی از دهانشویه را اندازه‌گیری و آماده کنید. (مطابق دستور العمل سازنده) به مدت سی ثانیه در دهان نگه دارید و به همه سطوح دندان‌ها با حالتی مثل پر و خالی کردن لپ‌ها، برسازید. بعد از استفاده از دهانشویه فلوراید تا سی دقیقه دهان را آب کشی نکنید. چیزی نخورید و ننوشید و سیگار نکشید...



دهان شویه و پوسیدگی دندان

دهانشویه، دندانهای شما را تمیز نمی کند و نمی تواند جایگزین مسواک زدن و نخ دندان کشیدن باشد. پس ابتدا باید سطوح دندانی تمیز و عاری از پلاک دندانی شود. سپس فلوراید سطوح مینایی دندان می رسد و مانع شروع پوسیدگی می شود و حتی روند پوسیدگی را در پوسیدگی های اولیه متوقف می کند.

دهانشویه حاوی فلوراید در غلظت های مختلف موجود است. بسته به غلظت می تواند روزانه و یا هفتگی مصرف شود.

بسیاری از دهانشویه ها حاوی CPC هستند (cetylpyridinium chloride)

این ماده ایمن و موثر بوده و می تواند به سطح باکتری ها متصل شود و آن ها را منهدم کند و مانع از اتصال باکتری به سطح دندان می شود

دهان شویه و سفید کردن دندان ها

در ترکیبات این دهان شویه ها کاربامید پراکسید و یا هیدروژن پراکسید وجود دارد. محصولاتی که حاوی کاربامید پراکسید هستند معمولاً غلظت آن ۱۰ درصد می باشد. در ترکیب آن ها ممکن است ۲-۱,۵ درصد هیدروژن پراکسید وجود داشته باشد

بوی بد دهان

عامل اصلی از بین برنده بوی بد دهان ترکیبات سولفور فرار هستند که منشأ مختلفی دارند. مثل باقیمانده غذا، پلاک دندانی و باکتری هایی که در ارتباط با بیماری های دهان هستند. دهانشویه هایی که ترکیبات درمانی مثل آنتی باکتری ها دارند در کنترل طولانی مدت بوی بد دهان موثرند. مواد ضدباکتریایی در فرمول دهان شویه ها شامل کلرهگزیدین، کلرین دی اکسید، ستیل پریدینوم کلراید و روغن های مانند (اکالیپتول، منتول، تیمول و متیل سالیسیلات) می باشد. اگرچه نشان داده شده است که دهانشویه های کلرهگزیدین باعث کاهش بوی بد دهان می شوند ولی به مقدار قابل توجهی هم تغییر رنگ دندانی ایجاد می کنند.

دهانشویه و التهاب لثه

ترکیبات آنتی باکتریال موجود در دهان شویه مثل ستیل پریدینوم، کلر هگزیدین و روغن های لازم در کاهش پلاک دندانی و التهاب لثه موثر هستند. البته وقتی به همراه مسواک زدن روزانه و نخ دندان کشیدن استفاده شوند. توصیه می شود به منظور جلوگیری از تغییر رنگ دندان ها دهانشویه های حاوی ستیل پریدینوم و کلرهگزیدین به مدت محدود ۱۰-۷ روز استفاده شوند.

دهان شویه برای کاهش درد بصورت موضعی

این دهان شویه ها به طور عمده حاوی مواد بی حسی مثل لیدوکائین، بنزوکائین هستند.

امروزه دهانشویه ها نه به عنوان جایگزین بلکه به عنوان مکمل در کنار مسواک و خمیر دندان برای داشتن بهداشت دهان بهتر استفاده می شوند.

دهان شویه ها در دو گروه قرار می گیرند

۱- دهان شویه ها با اثر درمانی

دهانشویه های درمانی، حاوی عناصر فعالی هستند که شرایطی مثل:

بوی بد دهان

التهاب لثه

پلاک دندان

پوسیدگی دندان

را کنترل می کنند و یا کاهش می دهند.

۲- دهان شویه ها با اثر زیبایی

دهانشویه هایی که زیبایی، اثری موقت روی بوی بد دهان داشته و طعم خوشایند ایجاد می کنند ولی هیچ تأثیر شیمیایی یا بیولوژیکی ورای این اثرات موقت ندارند در اصل این محصول نمی تواند باکتری هایی که باعث بوی بد دهان می شوند را از بین ببرد.