



قطره آهن و تأثیرات آن بر روی دندان



تبیه و تنظیم:

گروه سلامت دهان و دندان پزشکی اجتماعی

۱۴۰۱

تبیه کننده: فائزه کندی روزبهانی

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.



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.

یکسری قطره‌های آهن وجود دارند که طعم بد آهن را نداشته، عوارض گوارشی ندارند و کمتر باعث تغییر رنگ دندان‌های می‌شوند.



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 بالش نازک در زیر سر او قرار دهید تا بلعیدن قطره آهن برای کودک راحت‌تر انجام شود



کلسیم شیر باعث می‌شود قطره آهن خوب جذب نشود پس نیم ساعت قبل با بعد از خوردن شیر قطره آهن را به کودک بدهید

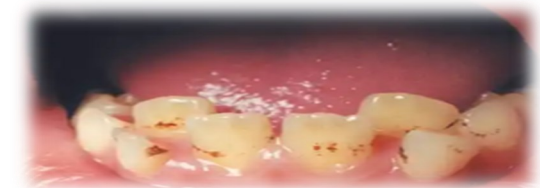
مصرف صحیح قطره آهن کودکان



مصرف صحیح قطره آهن کودکان نقش مهمی را در ساختار هموگلوبین گلبول‌های

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

بسیاری از والدین به اشتباه تصور می‌کنند استفاده از قطره برای کودکان، باعث پوسیدگی دندان می‌شود. استفاده از قطره‌ی آهن هیچ تاثیری بر روی ساختار دندان ندارد. بلکه در صورت درست مصرف نشدن تنها باعث تغییر رنگ و سیاه شدن دندان‌های کودکان می‌شود.



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. 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.

نکاتی در جهت استفاده از قطره آهن



شستشوی دندان‌ها بعد از قطره

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 صحیح مسواک زدن برای‌تان مقدور نیست. می‌توانید با کمک یک گاز استریل یا پارچه‌ی تمیز و مرطوب، دندان‌های کودک را تمیز کنید.

بهتر است قطره آهن شب موقع خواب به کودک داده نشود و بهترین زمان تجویز صبح یا ظهر است