

الأعراض

تخفيف الألم



التسنين

❖ مقدمة:

لا شك بأن مرحلة التّمو عند الطّفل هي مرحلة حرجة بمختلف مكوناتها ولا سيّما ما يُمثل انعكاسها في الحفرة الغمويّة _ أي بزوغ الأسنان _ حيث يعدّ "بزوغ الأسنان الأولى" في فم الطّفل أي "التسنين" هو حدث كبير في فم هذا الطّفل الصغير، ومن الوارد جداً أن تكون هذه العملية الطبيعية غير مريحة.

❖ التسنين

تعد عملية التسنين جزءاً لا يتجزأ من النمو الطبيعي للطفل، تتمثل باندفاع الأسنان اللبنيّة عبر اللثة لتجد طريقها نحو الخارج، وعادة ما تبدأ عملية التسنين خلال الفترة العمرية التي تتراوح ما بين ستة إلى تسعة أشهر من عمر الطّفل، وقد يختلف وقت التسنين من طفل إلى آخر، فمن الممكن أن تبدأ مرحلة التسنين قبل ذلك العمر أو بعده، لذلك لا داعي للقلق في حال تأخر بزوغ أسنان الطّفل حتى عمر السنة.

_عادة ما تكتمل عملية التسنين ببلوغ الطّفل سنتين ونصف إلى ثلاث سنوات من العمر، وتجدر الإشارة إلى أنّ:

1. الأسنان الأمامية السفلية المعروفة بالقواطع المركزية (Central Incisors) هي أوّل الأسنان ظهوراً في العادة.

2. وتتبعها الأسنان الأربعة العلوية المعروفة بالقواطع المركزية والجانبية بعد ما يقارب أربعة إلى ثمانية أسابيع..
3. وبعد ذلك بفترة شهر تقريباً تبدأ القواطع الجانبية السفلية بالظهور.
4. ومن ثم تظهر أول رحي.
5. ويأتي ظهور الأرحاء الأولى ظهور الأنياب.
6. ثم يكتمل عشرون سنناً من الأسنان الأساسية للطفل مع إتمامه العام الثالث من العمر في الغالب.

فيما يلي جدول يُلخّص مواعيد بزوغ والتي تختلف كثيراً بين الأطفال:

*الأسنان المؤقتة حتى عمر ثلاث سنوات:

السن	بدء تشكل النسيج الصلب (من الحياة الرحمية)	المقدار المتشكل من الميناء عند الولادة	اكتمال تشكل الميناء	البزوغ	اكتمال الجذر
الثنية	بعد 4 أشهر	6/5	1.5 شهر بعد الولادة	7.5 شهر	1.5 سنة
الرباعيّة	بعد 4.5 أشهر	3/2	بعد 2 شهر من الولادة	9 أشهر	2 سنة
الناّب	في الشهر 5	3/1	الشهر 9	18 شهر	سنتان و ثلاثة أشهر

الفك العلوي

2.5 سنة	14 شهر	الشهر 6	قمم الحديبات متحدة	في الشهر 5	الرحى الأولى	الفك السفلي
3 سنوات	24 شهر	بعد 11 شهر من الولادة	قمم الحديبات منفصلة	في الشهر 6	الرحى الثانية	
1.5 سنة	6 أشهر	بعد 2.5 شهر من الولادة	5/3	بعد 4.5 أشهر	الثنية	
1.5 سنة	7 أشهر	بعد 3 أشهر من الولادة	5/3	بعد 4.5 أشهر	الرباعي	
ثلاثة سنوات و ثلاثة أشهر	16 شهر	9 أشهر من الولادة	3/1	في الشهر 5	النايب	
سنتان و ثلاثة أشهر	12 شهر	5.5 أشهر من الولادة	قمم الحديبات متحدة	في الشهر 5	الرحى الأولى	
3 سنوات	20 شهر	10 أشهر من الولادة	قمم الحديبات منفصلة	في الشهر 6	الرحى الثانية	

❖ أعراض التسنين

تبدأ عملية التسنين عند معظم الأطفال بين 6_9 أشهر، والبعض منهم يمكن أن يبدأ بعد ذلك بكثير.



الأعراض ليست متشابهة عند كل الأطفال، لكنّها من المرجّح أن تشمل:

- تورم اللثة.
- ارتفاع درجة الحرارة قليلاً.
- غزارة اللعاب.
- تغيير في نمط حياة الطفل كالأكل أو النوم، كما نلاحظ بعض العادات الغريبة عند الطفل كرغبته في مضغ الأشياء.
- يكثر في هذه المرحلة بكاء الطفل وإثارته للضحك تعبيراً عن عدم ارتياحه.



يجب أن نعلم أن التسنين يمكن أن يكون مؤلماً، لكنه لا يسبب أعراضاً جهازية عادةً، فعند ملاحظة بعض الأعراض على الطفل كالإسهال - القيء - طفح جلدي - الارتفاع الشديد في درجة الحرارة - السعال أو الاحتقان

فيجب مراجعة الطبيب المختص **عندئذٍ** لأنها ليست علامات طبيعية للتسنين.

❖ معالجة ألم الثسنيين



يوجد العديد من الطرق لعلاج ألم الثسنيين.

- من الأدوية المسكنة للألم التي تكون بلا وصفة طبية {الايبوبروفين أو الأسيتامينوفين}
- مركبات التخدير التي تحتوي على بنزوكائين موضعي (على غرار الجل الذي يستخدمه أطباء الأسنان)، ولكن بعض الباحثين يشير إلى هذه بضرورة استخدامها باعتدال كبير لأنه يمكن لهذه المواد أن تؤثر على مستويات الأوكسجين في دم الطفل، وحذرت إدارة الغذاء والدواء الـ FDA بأن مثل هذه المنتجات قد يسبب الأخطار، ويُحتمل ظهور آثار جانبية مهددة للحياة.
- من الممكن إعطاء الطفل تايلينول (أسيتامينوفين) لتسكين الألم ولكن **بعد استشارة طبيب الأطفال أولاً.**
- إعطاء الأسبرين للطفل غير مرحب به، حيث تم ربط هذا الدواء بحالة نادرة ولكن خطيرة تدعى متلازمة راي عند الأطفال.
- ومن الأفضل التوجّه نحو مهدّئات الثسنيين الأخرى التي تضم:
 1. حلقة تسنين الطفل المبرّدة.
 2. أو تطبيق الضغط بواسطة إصبع نظيف يمكن أن يسبّب الشعور بتخفيف الألم للطفل.

3. حمام دافئ إضافة إلى هزاز لطيف قد يساعد أيضاً في راحة وهدوء الطفل.

4. تجنب إعطاء الطفل طعام قاسي.

❖ الاهتمام بلثة الطفل

الاهتمام بلثة الطفل فور ولادته أمر بالغ الأهمية. لكن بدايةً، العناية السنية لن تشمل معجون أو فرشاة أسنان، عوضاً عن ذلك فإن ترطيب قطعة قماش نظيفة ومسحها للثة الطفل بلطف مرتين يومياً يفي بالغرض، وخاصةً بعد الطعام وقبل النوم. وبذلك يمكن إزالة البكتيريا ومنعها من الالتصاق باللثة.

❖ تنظيف أسنان الطفل

تتم عملية تنظيف أسنان الأطفال باستخدام فرشاة أسنان مناسبة وذلك عندما تبدأ أولى أسنان الطفل بالظهور. تتمتع الفرشاة بالمواصفات التالية:

- الشعيرات الناعمة.
- الرأس الصغير.
- القبضة العريضة.

عندما تبدأ الأسنان بالبروغ يمكن إضافة معجون الأسنان بمقدار يعادل حبة أرز بعد بلّ الفرشاة بالماء. تزداد الكمية لما يعادل حبة بازلاء من المعجون المضاف إليه الفلور عندما يصبح عمر الطفل ثلاث سنوات. هذه العملية يجب أن تطبق بلطف حول أسنان الطفل جميعها.

- ✓ يجب الاستمرار بتنظيف أسنان الطفل حتى يصبح كبيراً بما فيه الكفاية لحمل الفرشاة بنفسه. الإشراف على ذلك ضروري الى أن يتمكن الطفل من غسل فمه والبصق دون مساعدة. وهذا ما يحصل تقريباً في حوالي عمر السادسة حيث يكتمل تطور منعكس البصق.
- ✓ يجب الحذر من أي إشارات على تسوس الأسنان تظهر على أسنان الطفل من بقع أو حفر بيضاء أو بنية.
- ✓ عند ملاحظة أي مشكلة، فإن اصطحاب الطفل إلى طبيب أسنان الأطفال من أجل الفحص ضروري جداً.

حتى وإن لم تكن هناك مشكلة، على الطفل أن يزور طبيب الأسنان لأول مرة في عمر السنة. فطبيب الأسنان يمكنه إعطاء العديد من النصائح حول:

- العناية بأسنان الطفل.
- التسنين (بزوغ الأسنان).
- الفلورايد.
- عادة مص الإصبع.

❖ أسباب تأخر بزوغ الأسنان المؤقتة لدى الأطفال:

يعد تأخر بزوغ الأسنان في بعض الحالات أمراً طبيعياً يتعلّق بصفة وراثية في العائلة، ويمكن أن يستمر إلى عمر السنة ولكن؛ في حالات أخرى يكون مرتبطاً بأسباب صحيّة تشمل:

1- الأطفال الخُدَّج ونقص وزن الطفل عند الولادة:

فقد وجد Seow في دراسة أن الأطفال الذين يكون وزنهم عند الولادة أقل من 1 كغ وعمر الحمل أقل من 30 أسبوع، لديهم تأخر كبير بالتشكّل السني.

كما أن هناك ترابط هام بين العدد الكلّي للأسنان الموجودة والطول والوزن عند الأولاد وعلاقة هامة بين الأسنان والوزن عند الفتيات. بناءً على ذلك، أشارت هذه النتائج إلى أن وقت بزوغ الأسنان المؤقتة يتعلق بشكل مهم بالنمو العام الجسدي وربما بحالة التغذية. كذلك، فإن الرضاعة الطبيعية تمتلك تأثير كامل على النمو والتطور عند الأطفال، فقد لاحظت العديد من الدراسات تأثير عادة الرضاعة الطبيعية على التطور الوجهي الفموي بما في ذلك بزوغ الأسنان المؤقتة والدائمة.

2 - عمر الأم:

كشفت دراسة Gusto في سنغافورة علاقة بين سن الإنجاب المتقدم لدى الأم ووقت بزوغ أول سن مؤقت عند الأطفال.

3 - طبيعة المستوى الاقتصادي والاجتماعي:

أوضحت بعض الدراسات أن متوسط وقت بزوغ الأسنان عند المجموعات ذات المستوى الاقتصادي والاجتماعي المرتفع يميل إلى أن يكون أبكر من الأطفال الآخرين.

4 - بالإضافة إلى بعض العوامل الأخرى مثل:

1. الشذوذات الجينية مثل نقص تصنع الميناء وخلل تكوّن السن.
 2. نقص تغذية الطفل وعوز الفيتامينات والمعادن خاصة الكالسيوم وفيتامين د.
 3. قصور الغدة النخامية والدرقية.
 4. الشلل الدماغي.
 5. بعض المتلازمات الخلقية مثل متلازمة داون.
 6. فقر الدم.
- والعامل الأكثر شيوعاً هو فرط تنسج اللثة الذي يؤدي إلى زيادة كثافة النسيج الضام مما يؤثر على البزوغ الطبيعي للسن.

المصادر: References

<https://www.andoverpediatricdentistry.com/patient-info/tooth-eruption-and-shedding>

<https://www.webmd.com/parenting/baby/teething-symptoms-remedies>

<https://www.colgate.com/en-us/oral-health/life-stages/infant-kids/kids-with-no-teeth-what-causes-delays-in-tooth-eruption-1015>

<https://www.colgate.com/en-us/oral-health/life-stages/infant-kids/baby-teething-signs-and-treatment-1213>