الفصل الخامس

جمـال الأســنان

- العلاقة بين شكل الإنسان ونوعه وبين لون أسنانه وشكلها.
- الأسباب التى تؤثر على لون الأسنان .
- طرق إزالة الصبغات وتلميع الأسنان.
- دور الطبيب والمريض فى المحافظة على الأسنان.
- الطرق السليمة لاستخدام الفرشاه أو السلاكة أو الخيط.

جمال الأسنان

لون وشكل الأسنان والعلاقة بينهما وبين الإنسان:

كيف أعيد لون الأسنان إلى لونها الأبيض؟ هل يمكن أن تزيل هذا الاصفرار من أسنانى؟ إن أسنانى تبدو صفراء، ألا يمكن أن تقوم بتبييضها ؟ لدى حفلة اليوم وأريد أن أرى أسنانى تبدو ناصعة البياض، إن حفل زفاف ابنتى غدا ولكن أود أن أرى أسنانها ناصعة البياض.

طلبات عديدة وأسئلة نسمعها من المواطن كل يوم خلال علاج الأسنان ، كيف نعيد الأسنان إلى لونها الأبيض ؟ ولكن بكل أسف هذا الوعى وهذا الطلب المحدد يأتى فقط فى مناسبة معينة، فهذا الشخص وهذه الفتاة وهذا العريس لم يعرف أن أسنانه صفراء ولم يهتم أن يجعلها بيضاء إلا فى مناسبة زفافه أو حضور حفل عام.

ولكن قبل أن نتطرق خلال هذا الموضوع فلنتعرف على قواعد أساسية.

لون الأسنان

ثبت بالدراسات العديدة والأبحاث المستمرة أن ألوان الأسنان تختلف اختلافا كبيرا ، تختلف باختلاف الجنس البشرى من مكان

إلى مكان، تختلف باختلاف الجنس نفسه من ذكر وأنثى، تختلف باختلاف لون الإنسان نفسه من أبيض لأشقر لأسمر تختلف فى الفم الواحد نفسه من الأسنان الأمامية إلى الخلفية.

شكل تخيلى يبين العلاقة بين ملامح وأبعاد وجه الإنسان وما يمكن التنبؤ به بما ستكون عليه شكل أسنانه وبالتالى الأسنان التعويضية التى سيتم اختيارها.

ومن الملاحظ بصفة عامة أن الشقراوات وذوات العيون الملونة لهن دائما أسنان صفراء، وأن ذوى البشرة الداكنة السمراء يتميزون بأسنان بيضاء ناصعة، وأن الأسنان الأمامية تبدو عادة بيضاء بينما تزداد فى لونها الداكن عندما نصل إلى الأضراس الخلفية، حيث

يقف الناب كالحد الفاصل بين الاثنين (الأسنان الأماميـة والأضـراس الخلفية).

وكثيرا ما سمعت هذا السؤال من أصدقاء كثرين.. **لماذا تبدو أسنان أصحاب البشرة السوداء ناصعة البياض؟**

ولقد تمت دراسات فى هذه النقاط وثبت فعلا أن أصحاب البشـرة السوداء أو الداكنة لهم فعلا أسنان تتميز بالبيـاض. ولكـن ممـا يزيـد بياضها ذلك الوضوح الكبير بين لونى الجسم والوجـه ولـون الأسـنان وهو ما يعرف بالـ (كونتراست Contrast).

وقد سـجلت هـذه الملاحظـات علـى آلاف وآلاف مـن الأشـخاص وذلك للاستعانة بها لإعادة لون الأسـنان عنـد التركيبـات أو لإعـادة اللون الطبيعى إلى الشخص عند التركيبات المختلفة.

هل يمكـن اسـتبدال اللـون الأصفـر بلـون آخـر بنفـس الأسـنان الطبيعية؟

بكل أسف لا.. فصـاحب الأسـنان الصفـراء سـتظل صفـراء ولكـن هناك فارق بين أسنان صفراء نظيفة وأسنان صفراء غير نظيفة.

وهنا يأتى دور الوعى ودور طبيب الأسنان، إذن فالأسنان لها لون مميز وهذا اللون المميز جزء من شخصية الإنسان.

وهناك أيضا فى العديد من المواقف أو فى بعـض المناسـبات يـأتى إنسان إلى طبيب الأسنان ثم يسأله أن يقوم بتقصـير أحـد الأسـنان أو

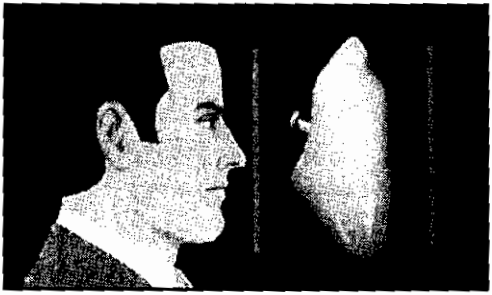
بإزالة إحدى زواياها أو إلغاء الجزء المدبب الذى يعطى شكلا قاسى الملامح . وبعضهم يقول هذه الأسنان تشبه أسنان (دراكيولا).

إذن فهذا المريض أو هذا الشخص يطلب تغيير شكل الأسنان وهذا يحدث عادة بين الشخصيات المهمة أو بين الأشخاص الذين يظهرون فى المجتمعات بكثرة ، كممثلى السينما ،المتحدثين وموظفى العلاقات العامة بالمؤسسات الكبيرة .

وقبل أن تحدث أية تغيرات ما هو شكل الأسنان؟

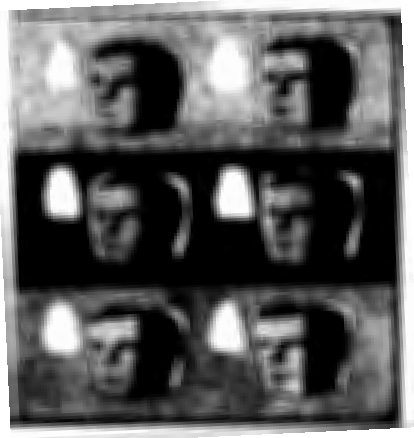
شكل الأسنان أو بمعنى أدق عندما نأخذ إحدى الأسنان الأمامية وهى التى تلعب الدور الكبير فى الشكل ونرسم شكلها الخارجى على قطعة من الورق.. كيف تبدو ؟ وهل لها علاقة بهذا الإنسان؟.

مما هو جدير بالاهتمام أننا لو رسمنا المقطع الأمامى أو لو رسمنا إحدى الأسنان الأمامية متتبعين شكل السن بالتفصيل ثم قمنا بفحص هذا الشكل فى وضع معكوس لوجدنا أنه يتمشى وإلى حد كبير مع وجه الشخص نفسه.



إذن فهناك علاقة بين الشكل الخارجى للأسنان ووجه الإنسان فإذا كان الوجه ذا استدارة معينة نجد أن زوايا الأسنان تمثل بعض هذه الاستدارة، وإذا كان جانبا وجه الإنسان- عموديين وهو ما نسميه بوجه مربع الشكل أو مائل إلى الاستطالة - فسنجد أن أسنان هذا الشخص لديها زوايا أقرب من الزوايا القائمة لتعطى فى الآخر شكلا مربعا، وبعض الأشخاص وجوههم تميل الى الضيق أو إلى شكل مثلث بمعنى أن جانبى الوجه لا يلتقيان بعكس الوجه المربع لا يسيران متوازيين بل يميلان إلى الالتقاط فى إحدى الزوايا - وهذا ما يعرف بالوجه المثلث - وعادة تتمشى الأسنان وهذا الوجه، ونجد أشكالا متقاربة تجمع بين هذه الأشكال المذكورة، إذن فهناك علاقة واضحة بين شكل الأسنان ووجه الإنسان.

هل هناك علاقة بين شكل الإنسان وشخصيته أو بين الذكر والأنثى؟



أثبتت الدراسات أن هناك علاقة بلا شك، ونجد أن الشخص حاد الطباع قوى البنية متميز بأسنان لها تضاريس واضحة وحادة وزوايا محددة بينما على النقيض من هذا نجد أن الأنثى، أو الشخص الهادئ ذا الملامح الهادئة والطباع الهادئة أيضا، تتميز أسنانه بزوايا ناعمة، وتتميز أسنانه بعدم وجود بروزات واضحة بل إنها تعكس بشفافية شخصيته.

هل هذه القاعدة دائمة الوجود ؟

لا.. فقد نجد هذه الأمثلة تنطبق على بعض الأشخاص وقد لا نجدها فى البعض الآخر . ولكن الدراسات والبحوث توصلت إلى هذه النتائج لكى تساعد كلا من طبيب الأسنان والمريض على الوصول إلى النتيجة التى تقارب طبيعة الشخص وشكله، فكل هذه القواعد إنما هى إرشادات للمساعدة فى اختيار أنسب الأسنان للمريض أو للمساعدة فى اختيار أنسب الألوان لهذا الشخص.

ويعتمد الاختيار النهائى إلى حد كبير على خبرة الطبيب أو إلى مدى تذوقه للجمال بصفة عامة وإلى مدى إحساسه بعمله. فإنك قد تستطيع بنظرة واحدة للمريض أن تكتشف أن هذه الأسنان لا تمثله بالرغم من أنها أسنانه الطبيعية أو إن إحدى الزوايا تحتاج لتعديل، أو إن الوضع الحالى هو الأمثل له، ذلك ما يعرف بالإحساس الطبى أو الإحساس الفنى الطبى. ومن المدهش أيضا أن الإنسان طويل القامة عادة ما تكون أسنانه طويلة وأن قصير القامة تكون أسنانه قصيرة،

إذن فهناك علاقة واضحة بين الوجه والأسنان والفم . وبين الوجه والأسنان والإنسان ككل.

وهذه العلاقة هى ما نحاول دائما أن نؤكدها وأن نهتم بها .

فالأسنان والتجويف الفمى والوجه والإنسان وجميع الأجهزة التى تعمل فى الإنسان كلها شىء متكامل واحد، كلها تعمل بدقة متناهية لو كانت كلها فى حالة طيبة.

وواجبنا دائما أن نتعامل مع أسناننا بالنظافة لأنها درة فريدة وهبنا الخالق إياها.

الأسباب التى تؤثر على لون الأسنان :

ما هى المؤثرات التى تسبب تلون الأسنان واصفرارها؟

نتعرض لهذه المؤثرات أو العوامل وهى عديدة بتقسيمها إلى قسمين أساسيين.

القسم الأول: هناك عوامل وراثية أو خلقية، وهذا النوع من التغيير فى لون الأسنان أو من تشوه الأسنان بوجود ألوان غريبة عليها قد ترجع أسبابه إلى:

أولا: نتيجة ضعف فى تكوين الأسنان- كما سبق أن ذكرنا لو تعرضت الأم لمرض معين أثناء فترة الحمل فعندئذ تبدو الأسنان ذات بقع بنية أو بقع صفراء أو ربما ذات نقاط قد تكون عميقة أو ربما ذات تشوهات فى السطح نفسه.

ثانيا: فى بعض الحالات عندما تحتوى مياه الشرب على درجة عالية أو غير طبيعية من الفلورين - كمياه الآبار - تصبغ الأسنان باللون الأصفر وهذا شيء من الصعب تلافيه.

تلوث وتشوه لون الأسنان الطبيعية نتيجة الاصطباغ الخارجى أو الداخلى مثل تناول أدوية طويلا مثل التراميكلين.

ثالثا: فى بعض حالات عدم تكوين الأسنان بصورة كاملة عندما تفقد الأسنان طبقة الميناء أو تتكون من غير طبقة الميناء يصبح صبغها بالألوان أو يصبح صبغها بالصبغات الصفراء والبنية سهلا لعدم وجود طبقة الميناء ، وهذه كلها تشوهات خلقية ولا يمكن تعديلها إلا بالتركيبات المناسبة.

صورة تبين عدم تكوين الأسنان بصورة كاملة لاختفاء طبقة الميناء.

تشوه الأسنان نتيجة عدم استكمال نموها أو قلة التكلس المعدنى بها.

أما القسم الثانى: وهو تغير لون الأسنان نتيجة ممارسة الحياة اليومية، فأسبابها كثيرة ، نذكر منها التدخين، شرب الشاى والقهوة بكثرة، شرب بعض الأدوية، التسوس وكذا الترسيب الجيرى .

والصفراء نتيجة التدخين وما يعقبه من تشوه والتهاب فى اللثة.

التدخين وآثاره الضارة على الأسنان :

ونبدأ بشرح التدخين وآثاره الضارة على الإنسان، فمضار التدخين معروفة وبالرغم من هذا فإن الملايين تدخن وتصبغ أسنانها باللون الأصفر، إذن فهذه مشكلة قائمة.

النيكوتين عندما يجد سطح الأسنان لامعا ونظيفا لا يجد مكانا للترسيب عليه، ومن هنا فإن الفم النظيف يمكنه أن يحافظ على أسنانه بدون صبغة النيكوتين، ولكن عندما يصادف النيكوتين سطحا خشنا على أحد الأسنان نتيجة ترسب جيرى أو إصابة سطحية بالميناء فإن هذه هى فرصته المناسبة للترسيب حيث يترسب بلونه الأصفر، ثم يبدأ هذا اللون الأصفر فى دعوة مزيد من الصبغات حتى يصبح اللون داكن الصفرة وربما بنى اللون ، وقد يساعد هذه العملية على الظهور بصورة أسوأ وجود التكلسات الجيرية أو الرواسب الجيرية . وعادة يصاحب هذه الظاهرة رائحة نيكوتين شديدة من الفم فيلجأ المريض إلى الطبيب فى مناسبة خاصة لكى يزيل هذه الصبغات .

وماذا أيضا يمكن أن يغير لون الأسنان أو يزيد من الصبغات ؟

إن كثرة تناول المشروبات مثل الشاى والقهوة وأيضا عدم غسل الأسنان، وكثرة تناول هذه المشروبات يرسب أو يساعد فى زيادة ترسيب الألوان حيث إن كل منها يحتوى على نسبة من المواد الصبغية.

أيضا قد يتعاطى المريض بعض الأدوية بصفة مزمنة مثل المضادات الحيوية أو أدوية الصرع أو أدوية الربو وغير ذلك، وبعض هذه الأدوية قد يكون الإكثار من تناولها سببا فى صبغة الأسنان بصبغات معينة.

أيضا الترسيبات الجيرية، وهذا موضوع قائم بذاته وذو أهمية قصوى .

الأسنان بطبيعتها ناعمة ملساء ، بيضاء اللون أو صفراء ليس عليها أى ترسيبات أو أى رواسب ولكن بالاستعمال اليومى وأيضا بالإهمال قد تبدأ بعض الخدوش فى الظهور على سطح الأسنان، أو قد تحدث بعض الخدوش نتيجة للتلميع .

وهنا نحذر مريضنا من التردى فى خطأ السؤال.. إننى أريد تلميع أسنانى! فربما يستجيب الطبيب لهذه الظاهرة ويقوم بتلميع الأسنان بشدة باستعمال مواد ذات طبيعة تزيل الصبغات - ما يسمى بالمواد المزيلة للصبغات وهذه المواد قد تؤذى الأسنان وتحدث بعض الخدشات السطحية بالميناء، هذه الخدشات السطحية تدعو مزيدا من الصبغات بعد التنظيف.

إذن ما هى الطريقة المثلى ؟

إزالة الصبغات والتلميع:

الطريقة المثلى هى إزالة الصبغات والنيكوتين بطريقة الكحت، والكحت قد يكون يدويا أو باستعمال الأجهزة ذات الذبذبات العالية أو الموجات فوق الصوتية، والكحت يجريه طبيب الأسنان بأدوات خاصة، ويتم الكحت عادة لأسطح السن الأربعة، السطح الأمامى المواجه للشفة أو الخد والسطحين الجانبيين الملتصقين بالأسنان المجاورة والسطح الخلفى المواجه للسان فى الفك السفلى والمواجه لسقف الحلق فى الفك العلوى.

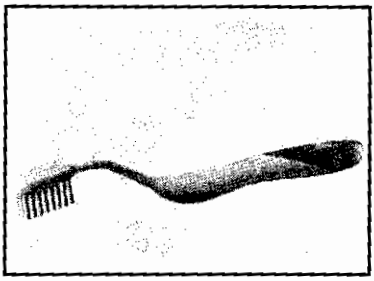
والطبيب عندما يجرى عملية الكحت أو إزالة الجير والصبغات يزيل فى نفس الوقت طبقة الميكروبات الموجودة .

هذا هو دور الطبيب، ولكن دور المريض أهم من ذلك، كيف يحافظ على هذه الأسطح خالية من الترسيبات ومن الميكروبات أو طبقة البلاك أو من الصبغات النيكوتينية وغيرها .

دور المريض وطرق استخدام الفرشاة

دور المريض هو القيام بالنظافة اليومية ونذكر هنا عدة وسائل قد تكون جميعها منفردة أو مجتمعة.

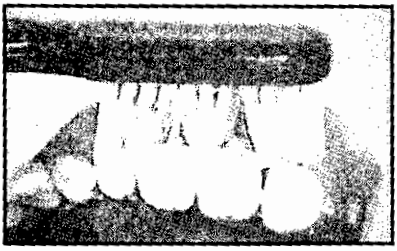
الطريقة الأولى: استعمال الفرشاة ثلاث مرات يوميا وبعد أى أكلة فى أى وقت من اليوم، واستعمال الفرشاة هام لأنه يؤدى إلى تدليك اللثة وفى نفس الوقت يؤدى إلى إزالة الرواسب وبواقى الأكل.

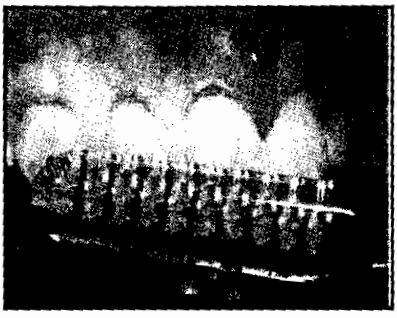


فرش الأسنان المختلفة اليدوية والميكانيكية.

وطريقة استعمال الفرشاة سهلة ولكنها هامة بالنسبة للفك العلوى حيث نبدأ من اللثة أعلى الأسنان ونتجه إلى أسفل مع احتكاك وتلاصق مع اللثة والأسنان ثم نعيد الكرة فى نفس الاتجاه وليس عكس الاتجاه .

وبالنسبة للأسنان السفلية نبدأ من اللثة تحت الأسنان ونصعد فى اتجاه علوى وبحركة واحدة ثم نعيد الكرة فى نفس الاتجاه العلوى وليس إلى أعلى أو أسفل كما يعمل بعض الناس.



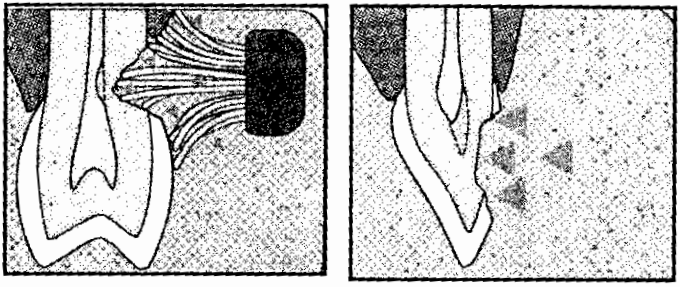


الطرق الصحيحة لاستخدام الفرشاة، إمرار الشعيرات من اللثة حتى الأسطح الخارجية للأسنان. ثم إدخال الشعيرات بين الأسنان لتنظيف الأماكن البينية.

ماذا يحدث عندما نستعمل الفرشاة بطريقة خاطئة؟

بعض النـاس أو المرضى يستعملون فرشـاة الأسنان بطريقة رأسية صاعـدة هابطـة «من تحت لفوق»، وهذا يـؤدى إلى تجريـح فى اللثة ومحـاولـة زعزعتهـا مـن أماكنهـا الأصليـة، إذن فالصحيـح هـو استخدامها فى اتجـاه واحد إلى أعلى بالنسـبة لأسنان الفك السفلى

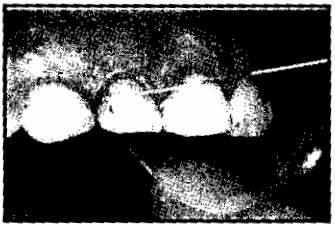
وإلى أسفل بالنسبة لأسنان الفك العلوى، وبعض الناس- أيضا- يستعملون الفرشاة بطريقة أفقية ضد سطح الأسنان وهذا يؤدى إلى تآكل عنق الأسنان وتكوين فجوات وتآكلات بعنق الأسنان تحتاج إلى الحشو أو التركيبات الأخرى.



الطريقة الثانية: استعمال مسلك الأسنان أو سلاكة الأسنان وهذه هامة بعد الوجبات، حيث إن قطعة الخشب أو العصاة الخشبية الرفيعة تدخل بين الأسنان ويمكن تحريكها إلى اليمين وإلى اليسار لكى تخرج بواقى الأكل من بين الأسنان واللثة وهى بهذا تقوم بعمليتين نظافة من بواقى الأكل وتدليك للثة.

الطريقة الثالثة: استعمال الخيط. وهو نوع معين من الخيط أو ما كان يعرف عند أجدادنا بالفتلة، والخيط الآن مغطى بطبقة من الشمع يدخل بين الأسنان ثم يتجه بها نحو سطح السن بتلاصق شديد لكى يمر بين سطح السن واللثة ثم يعود به إلى مكانه ويتجه به

إلى السن الأخرى، ومفعوله رائع من ناحية التدليك وبعث النشاط فى أنسجة اللثة وأيضا إزالة تجمعات ورواسب الأكل.



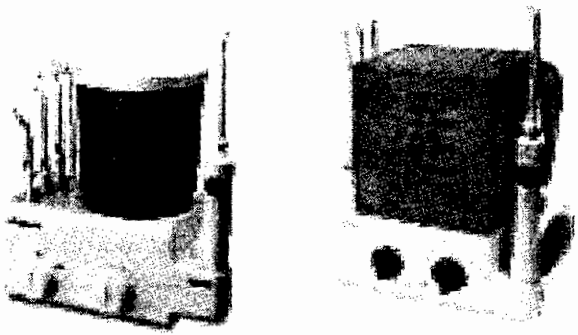
طريقة استعمال الخيط الطبى إدخاله برفق بين الأسنان وتمريره على الأسطح الجانبية للأسنان أماما وخلفا.

الطريقة الرابعة: هناك طرق كهربائية حديثة مثل فرشاة الأسنان الكهربائية، والجهاز الذى يقوم ببث المياه تحت ضغط شديد أو تحت ضغط نفاس ويعرف بـ (Water Pik).

أدوات تنظيف الأسنان (الخيط الطبى - خلة الأسنان - خلة مطاطية لتدليك اللثة - فرشاة بين الأسنان).

وهذا الجهاز عبارة عن جهاز كهربائى صغير يتواجد فى حمام المريض وبه علبه تحتوى على مياه من مياه الصنبور العادية يملؤها المريض بالمياه ثم يستعمل أداة التنظيف وهى عبارة عن قلم صغير له

فتحة يوجهها المريض إلى أسنانه، وبالتحكم فى مفتاح لضبط المياه تنبعث المياه تحت ضغط شديد لتزيل الرواسب من فم المريض وهذا الجهاز مفيد جدا حيث إن انبعاث المياه تحت ضغط شديد يزيل الرواسب وبواقى الأكل.



جهاز ضخ المياه بقوة لتنظيف ما بين الأسنان.

والسؤال الآن.. **أى هذه الطرق نستعمل ؟ وهل نستعمل واحدة منها أو كلها مجتمعة؟**.. والرد على ذلك أنه على الأقل أو على أضعف الاحتمال نتوقع أن يستعمل المريض واحدة منها بدقة ولكن من الأفضل أن يستعملها كلها مجتمعة.

وأملى كبير بعد قراءة هذا الكتاب بدء علاقة من الحب بينك وبين أسنانك وأن تستعمل أغلب هذه الطرق مجتمعة.