

دهان شویہا



گبین، وناسی

وضعیت فهرست نویسی: فیا
موضوع: بهداشت دهان و دندان
Dental care
موضوع: پیشگیری
موضوع: دندان -- پوسیدگی -- پیشگیری
Dental caries -- Prevention
رده بندی کنگره: ۱۳۹۶ RKE
رده بندی دیویی: ۶۱۷/۴۰۱
شماره کتابشناسی: ۵۸۱۴۱۷۵

دها، شویدها

نویسنده: نکین روناسی
طرح جلد و متن: جواد واعظی
تاریخ انتشار: ۱۳۹۶- نوبت چاپ: اول
شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه
قیمت: ۱۲۰۰۰ تومان
شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۸۲۳۴-۳۹-۵
نشانی: قم، صفاشهر، ۱۵ متری دوم، پلاک ۱۵۶
ارتباط با مشتریان: ۰۸-۰۲۵۳۲۸۵۶۰۰
hadi_matin88@yahoo.com
کلیه حقوق برای ناشر محفوظ است.

فهرست

۱۳	مقدمه
۱۴	همه چیز درباره دهان شویه
۱۵	انتخاب کدام یک از هزاران دهانشویه؟
۱۵	دهانشویه‌های خوشبو کننده
۱۶	دهانشویه‌های درمانی
۱۷	دهانشویه خانگی بسازیم
۱۷	۱. دهانشویه آب نمک
۱۷	۲. دهانشویه جوش شیرین
۱۸	۳. دهانشویه رزماری و نعنا
۱۸	۱۰ نکته درباره دهان شویه‌ها
۲۱	بهداشت دهان و دندان دانش‌آموزان
۲۲	علایم پوسیدگی دندان
۲۱	عواملی که در ایجاد پوسیدگی دندان نقش دارند
۲۲	مشکلات دندانی دانش‌آموزان
۲۲	مشخصات یک مسواک خوب
۲۳	چطور مسواک بزنیم؟
۲۳	وقتی دندان از دهان بیرون می‌افتد

- ۲۴ دانش آموزان و حوادث دندانی.....
- ۲۵ وقتی مسواک زدن ضروری است.....
- ۲۵ پیشگیری از پوسیدگی دندان.....
- ۲۶ علل احساس طعم شور در دهان.....
- ۲۶ علل.....
- ۲۸ درمان.....
- ۲۹ مزایای مهم استفاده از دهان شویه.....
- ۳۱ مزایای دهان شویه.....
- ۳۱ جلوگیری از بوی بد دهان.....
- ۳۲ ضد عفونی کننده.....
- ۳۲ محافظت در برابر کرم خوردگی دندان.....
- ۳۳ جلوگیری از خشکی دهان.....
- ۳۴ چه کسانی به دهان شویه نیاز دارند؟.....
- ۳۶ دهان شویه کلرهگزیدین چه مزایا و عوارضی دارد؟.....
- ۳۶ دهان شویه کلرهگزیدین چه کاربردهایی دارد؟.....
- ۳۶ مزایا و عوارض کلرهگزیدین.....
- ۳۷ استفاده از دهان شویه کلرهگزیدین در منزل.....
- ۳۸ نکته مهم.....
- ۳۸ مزایا و عوارض کلرهگزیدین.....
- ۳۸ مزایای دهان شویه کلرهگزیدین.....
- ۳۹ درمان زخم دهان و لثه.....
- ۳۹ عوارض استفاده از دهان شویه کلرهگزیدین.....
- ۴۰ زمان مناسب استفاده از دهان شویه کلرهگزیدین.....
- ۴۰ دوز مناسب استفاده از دهان شویه کلرهگزیدین.....
- ۴۱ تاثیر دهان شویه.....

- ۴۳..... آیا شما استفاده از دهان شویه فلوراید دار را توصیه می کنید؟
- ۴۳..... و در خانم های باردار چطور؟
- ۴۴..... فلوراید چگونه از پوسیدگی دندان جلوگیری می کند؟
- ۴۵..... چگونه به روش خانگی دهان شویه بسازیم؟
- ۴۶..... انواع دستور العمل برای ساخت دهان شویه خانگی
- ۴۷..... دهان شویه سفید کننده لیمو
- ۵۱..... انواع دهانشویه
- ۵۲..... انواع دهانشویه
- ۵۲..... دهانشویه های فلوراید
- ۵۳..... دهانشویه های زیبایی و بهداشتی
- ۵۳..... دهانشویه های ضد عفونی کننده
- ۵۴..... دهانشویه های طبیعی
- ۵۴..... دهانشویه های مراقبت کامل
- ۵۴..... دهانشویه جادویی
- ۵۵..... کدام دهان شویه بهتر است؟
- ۵۶..... انواع دهانشویه
- ۵۶..... ۱- دهان شویه های بهداشتی - آرایشی
- ۵۶..... ۲- دهان شویه های درمانی
- ۵۷..... مقایسه اثر دهان شویه های ایرانی
- ۵۹..... آداب استفاده از دهانشویه
- ۶۰..... دهان شویه های دارای فلوراید
- ۶۱..... دهانشویه کلرگزیدین
- ۶۲..... چگونه دهانشویه را استفاده کنیم
- ۶۴..... دهانشویه جایگزین مسواک نمی شود
- ۶۵..... افزایش خطر ابتلا به سرطان با مصرف مکرر دهانشویه ها

- توضیح دندانها..... ۶۶
- این مفیدهای سمی؛ درباره دهانشویه‌ها چه می‌دانید؟..... ۶۶
- دهانشویه خانگی درست کنید..... ۶۸
- مراقب میزان فلوراید باشید..... ۶۸
- باکتری‌های مفید دهان..... ۶۹
- آفت را درمان نمی‌کند..... ۶۹
- مسواک و نخ دندان..... ۷۰
- آیا دهانشویه‌ها بوی بد دهان را از بین می‌برند؟..... ۷۱
- مسوا بوی بد دهان..... ۷۱
- آیا دهانشویه‌ها بوی بد دهان را درمان می‌کنند؟..... ۷۲
- هالالتوزیس و دهانشویه‌ها..... ۷۲
- درمان بوی بد دهان با منشأ دهانی..... ۷۳
- دهان شویه و ارتودنسی..... ۷۴
- قرص‌های آشکارساز..... ۷۵
- مسواک‌های مخصوص..... ۷۶
- دهان شویه یادتان نرود..... ۷۶
- مسواک‌های برقی..... ۷۶
- پلاک‌های متحرک..... ۷۷
- فقط آب..... ۷۷
- جایی برای نگهداری پلاک‌ها..... ۷۸
- نکات طلایی دهانشویه..... ۷۸
- راه و رسم دهان شویی..... ۷۹
- مصرف مداوم و خطر تغییر رنگ دندان..... ۷۹
- دهانشویه طبیعی و خانگی..... ۷۹
- مراقب باکتری‌های مفید دهان باشید!..... ۸۰
- دهانشویه‌ای که مسموم‌تان می‌کند..... ۸۱

- ۸۱.....معایب دهانشویه‌های آنتی باکتریال
- ۸۲.....دهانشویه آفت را درمان نمی‌کند!
- ۸۲.....مسواک و نخ دندان سپس دهانشویه!
- ۸۳.....انواع دهان شویه.....
- ۸۳.....دهان شویه‌های با اثر زیبایی.....
- ۸۳.....دهان شویه‌های با اثر درمانی.....
- ۸۴.....کاربردهای دهان شویه.....
- ۸۴.....دهان شویه و بوی بد دهان:.....
- ۸۵.....دهان شویه و التهاب لثه.....
- ۸۶.....دهان شویه و بوسه‌گیری دندانی.....
- ۸۶.....دهان شویه برای کاهش درد به صورت موضعی.....
- ۸۶.....دهان شویه و سفید کردن دندان ها.....
- ۸۷.....دهان شویه و خشکی دهان.....
- ۸۸.....دهان شویه و ملاحظات سرطان دهان.....
- ۸۸.....نکاتی که بیماران باید بدانند.....
- ۸۹.....جمع بندی.....
- ۹۰.....بوی بد دهان.....
- ۹۱.....عوامل موثر در بوی بد دهان.....
- ۹۳.....درمان بوی بد دهان.....
- ۹۵.....درمان‌های خانگی طبیعی.....
- ۹۷.....تبخال در دهان.....
- ۹۸.....اطلاعات کلی.....
- ۹۹.....علل تبخال دهان.....
- ۱۰۰.....علائم.....
- ۱۰۱.....تشخیص.....
- ۱۰۱.....درمان.....

- ۱۰۲..... هشدارها و پیشگیری
- ۱۰۳..... نفس بدبو و بیماریهای دهان
- ۱۰۷..... بوی بد نفس و درمان آن
- ۱۰۹..... دهان بدبو
- ۱۱۸..... رفع بوی بد دهان
- ۱۲۰..... رفع بوی پیاز از دهان
- ۱۲۱..... رفع بوی سیر از دهان
- ۱۲۱..... رفع بوی شراب از دهان
- ۱۲۱..... بوی بد دهان از گرمی
- ۱۲۲..... ضد عفونی کردن دهان
- ۱۲۳..... خارش و زخم کردن دهان
- ۱۲۴..... خشکی دهان
- ۱۲۵..... زیاد کردن آب دهان
- ۱۲۵..... ضد کف کردن دهان
- ۱۲۶..... زیادای آب دهان
- ۱۲۸..... تلخی دهان
- ۱۲۸..... حرارت دهان
- ۱۲۹..... برفک دهان
- ۱۳۱..... برفک دهان اطفال (تراوش)
- ۱۳۲..... جوشهای دهان
- ۱۳۴..... جوشهای دهان از سفلیس
- ۱۳۸..... جوشهای سقف دهان
- ۱۳۶..... تاول یا سوختگی دهان
- ۱۳۷..... سوزش دهان
- ۱۳۷..... زخمهای دهان
- ۱۳۸..... زخمهای کهنه دهان

- ۱۳۹ ورم و جراحات مخاط دهان
- ۱۴۰ زخم‌های فرو رونده‌ی دهان
- ۱۴۱ جویدن لب یا زبان یا جدار دهان
- ۱۴۲ دستور تهیه و مصرف کلسیم
- ۱۴۲ گِل خوردن کودکان
- ۱۴۲ جابه‌جاشدگی فک
- ۱۴۳ طعم اسیدی در دهان
- ۱۴۳ عاقل

مقدمه

دهانشویه‌ها از جمله فرآورده‌هایی هستند که مظلوم و بی‌سروصدا، در گوشه‌ای رها شده‌اند و توجه کمی به سمت آن معطوف است.

در میان گروه انبوهی از محصولات که برای بهداشت دهان و دندان پیشنهاد می‌شوند، در میان خیل عظیم مسواک‌ها و انواع و اقسام نخ‌دندان‌ها و گروه‌های مختلف خمیردندان‌ها، دهانشویه‌ها از جمله فرآورده‌هایی هستند که مظلوم و بی‌سروصدا، در گوشه‌ای رها شده‌اند و توجه کمی به سمت آن معطوف است. شاید تعداد کمی از اطرافیان خود را بشناسیم که در طول برنامه‌های بهداشتی روزانه که برای دهان و دندان خود ترتیب داده‌اند، جایی برای دهانشویه‌ها هم باز گذاشته باشند. و البته شاید اگر از بعضی‌ها بپرسیم: این‌طور جواب دهند: «ای بابا، برای مسواک زدن و نخ‌دندان کشیدن هم فرصت نداریم چه برسد به دهانشویه..»

دهانشویه‌ها، هر چند نقش اصلی را در بهداشت و نظافت دهان و دندان بازی نمی‌کنند، اما استفاده از آنها به بهبود سلامت دهان و دندان کمک زیادی می‌کند.