



کتابشناسی دندان پزشکی

نگین روناسی

سرشناسه : روناسی، نگین، ۱۳۵۶-
عنوان و نام پدیدآور : کتابشناسی دندانپزشکی / نگین روناسی.
مشخصات نشر : قم: تلاش اندیشه. ۱۳۹۷
مشخصات ظاهری : ۱۵۲ ص؛ ۱۴/۵×۲۱/۵ س.م.
شابک : ۹۷۸-۶۲۲-۶۲۴۶-۷۸-۱
وضعیت فهرست نویسی: فیبا
موضوع: دندانپزشکی — کتابشناسی
Dentistry -- Bibliography
رده‌بندی کنگره: ۱۳۹۷ ۷۶۶۸
رده‌بندی دیویی: ۱۶/۶۱۷۶
شماره کتابشناسی ملی: ۵۸۱۴۲۲۰

انتشارات تلاش اندیشه

کتابشناسی دندانپزشکی

نویسنده: نگین روناسی
طرح جلد: جواد واعظی
تاریخ انتشار: ۱۳۹۷- نوبت چاپ: اول
شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه
قیمت: ۲۲۵۰۰ تومان
شابک : ۹۷۸-۶۲۲-۶۲۴۶-۷۸-۱
ارتباطات: ۰۲۵۳۷۷۳۲۷۴۴-۰۲۱۶۶۴۸۴۱۷۹
تهران/ خیابان انقلاب/ شهدای ژاندارمری/
پلاک ۵۸/ واحد ۴
کلیه حقوق برای ناشر محفوظ است.

فهرست

- ۱۱..... مقدمه
- ۱۱..... تغذیه دندان
- ۱۲..... راه‌های مقابله با درد دندان، به عنوان یک هواکش
- ۱۳..... چگونه می‌توان حساسیت دندانها را تشخیص داد؟
- ۱۳..... چه چیزی دندانها را حساس می‌کند؟
- ۱۴..... چگونه می‌توان درد دندانها را تسکین داد؟
- ۱۵..... دندان پزشک چگونه می‌تواند به شما کمک کند؟
- ۱۵..... بیماری‌های دهان و دندان و نحوه درمان آن
- ۱۵..... جرم دندان، از پیشگیری تا درمان
- ۱۷..... روش‌های جراحی و غیر جراحی برداشتن جرم
- ۱۹..... وقتی دندان می‌شکند.....
- ۲۰..... به دندان پزشک چه باید گفت؟
- ۲۱..... درد هم دارد؟
- ۲۲..... شکستن در کمین دندان شماست!
- ۲۲..... از خون ریزی وحشت نکنید
- ۲۳..... درمان

- ۲۴..... دندان نهفته؛ علل و راه حل
- ۲۵..... چرا باید به داد دندان نهفته رسید؟
- ۲۷..... بیرون کشیدن دندان خوابیده در فک
- ۲۷..... دندان نهفته چه خطری دارد؟
- ۲۸..... رفع مشکلات عمومی و بیماریهای دندان
- ۳۰..... تکامل دندان ها
- ۳۱..... مراقبت از دندان ها و لثه ها
- ۳۱..... مینوایک زدن دندان ها
- ۳۲..... تمیز کردن لابالای دندان ها
- ۳۲..... غذا و نوشانی
- ۳۲..... تدریج دندان ها
- ۳۳..... زود در آمدن دندان کودکان
- ۳۳..... شستشوی دندان ها
- ۳۴..... سفید کردن دندان ها
- ۳۶..... ضد جرم دندان ها
- ۳۶..... رفع زردی دندان ها
- ۳۷..... رفع سیاهی دندان ها
- ۳۸..... سیاهی دندان ها از سیگار
- ۳۸..... تغییر رنگ دندان ها
- ۴۰..... کُند بودن دندان ها
- ۴۰..... لق شدن دندان ها
- ۴۱..... شکستگی دندان
- ۴۱..... محکم تر کردن دندان ها
- ۴۳..... دندان های نامرتب
- ۴۴..... علائم آن کدامند؟
- ۴۵..... اقدامات مؤثر

- درمان ارتودنسی ۴۶
- پیش‌گیری از پوسیدگی دندان ۴۶
- پوسیدگی دندان ۴۷
- درد دندان ۴۹
- دهان و نحوه نامگذاری دندانها ۵۹
- نحوه نامگذاری دندانها ۶۰
- دندانهای شیری ۶۰
- کشیدن دندان عقل مفید یا مضر ۶۱
- پیامدهای رشد دندان عقل ۶۳
- کشیدن دندان عقل منطقی نیست ۶۳
- توصیه‌ها ۶۵
- دندان عقل خوب است یا بد ۶۵
- فلوراید تراپی هر ۶ ماه باید تکرار شود ۶۶
- آنچه که از پوسیدگی دندان باید بدانید ۶۷
- علل پوسیدگی دندان ۶۷
- محل‌های شایع شروع پوسیدگی ۶۸
- پوسیدگی سطوح دندان ۷۱
- ریشه اصلی پوسیدگی دندان کجاست؟ ۷۳
- وضعیت سلامت دندانی در کودکان ایرانی ۷۴
- نقش آموزش در ارتقای سلامت دهان و دندان ۷۴
- چگونگی مسواک زدن در کودکان ۷۶
- دندان مصنوعی در طول تاریخ ۷۸
- چگونه از دندان کودکان مراقبت کنیم؟ ۸۰
- دندان درآوردن بی‌درد ۸۱
- چگونه از دندان‌های کودک خود مراقبت کنیم؟ ۸۲

- جلوی ایجاد حفره در دندان های کودک را بگیرید..... ۸۳
- پس از وعده های غذایی به کودک آب بدهید..... ۸۳
- پس از ۲ سالگی از خمیر دندان استفاده کنید..... ۸۴
- کودک باید مرتب فلوراید دریافت کند..... ۸۴
- نوشابه، پوسیدگی دندان می آورد..... ۸۵
- عادت های نوشیدنی کودکان..... ۸۵
- نوشابه غدغن..... ۸۶
- نوشابه یعنی اسید و قند..... ۸۷
- دوغ و نوشابه های انرژیزا..... ۸۸
- کامپوزیت و لمینت دندان چه تفاوتی دارند؟..... ۸۹
- چرا از کامپوزیت و لمینت دندان استفاده می شود؟..... ۸۹
- مهم ترین دندان ها برای زیبایی طرح لبخند..... ۹۰
- لمینت دندان چیست؟..... ۹۰
- کامپوزیت دندان چیست؟..... ۹۱
- مزایا و معایب کامپوزیت دندان نسبت به لمینت..... ۹۲
- مزایا و معایب لمینت دندان نسبت به کامپوزیت..... ۹۳
- مراقبت های پس از انجام لمینت و کامپوزیت دندانی..... ۹۴
- تفاوت کامپوزیت و لمینت دندان از نظر هزینه..... ۹۴
- ورم لثه در اطراف دندان..... ۹۴
- علل تورم لثه چیست؟..... ۹۵
- بهداشت ضعیف دهان و دندان..... ۹۵
- بازسازی دندان..... ۹۶
- رژیم غذایی ناسالم..... ۹۶
- عوامل دیگر..... ۹۶
- گزینه های درمان..... ۹۷
- راهکارهای خانگی برای سفید کردن دندان..... ۹۸

- توصیه‌ها و تذکراتی برای داشتن دندان‌هایی سفید..... ۱۰۱
- ۵ نکته درباره سفید کردن دندان‌ها..... ۱۰۳
- خطاهای سفید کردن دندان..... ۱۰۵
- چه بر سر مشتریان کیوسک‌ها می‌آید؟..... ۱۰۵
- پوسیدگی در کمین دندان ۶ گروه..... ۱۰۷
- بهداشت دهان و دندان در اسلام..... ۱۱۰
- مسواک کردن، نجات دهنده می‌باشد..... ۱۱۲
- مسواک کردن اشتها به طعام می‌آورد..... ۱۱۳
- خوشبو شدن دهان و فصاحت..... ۱۱۴
- مسواک کردن با ریشه نی و ریحان و غیر از این دو..... ۱۱۴
- مسواک کردن با چوب اراک و مثل آن..... ۱۱۶
- مسواک باید به طور عرضی زده شود نه طولی..... ۱۲۰
- آشنایی با انواع روکش دندان..... ۱۲۱
- قابی که دندان‌ها را دربر می‌گیرد..... ۱۲۲
- سیر تا پیاز ساخت روکش..... ۱۲۳
- بعد از دریافت روکش..... ۱۲۶
- انتخابی نه برای همیشه..... ۱۲۷
- چگونه با دندان مصنوعی کنار بیاییم؟..... ۱۲۷
- مسواک زدن بدون نیاز به خمیر دندان..... ۱۳۳
- مسواک جدید تیتانیومی..... ۱۳۴
- نوع دوم مسواک‌های تیتانیوم دار..... ۱۳۷
- عفونت استخراج دندان..... ۱۴۰
- علایم عفونت دندان کشیده شده..... ۱۴۱
- دانش‌آموزان و بهداشت دهان و دندان..... ۱۴۴
- دندان‌های شیری..... ۱۴۴

- دندان‌های دایمی ۱۴۵
- عوامل پوسیدگی‌زا ۱۴۶
- (۱) رعایت نکردن بهداشت دهان و دندان ۱۴۶
- (۲) مصرف نامناسب مواد قندی ۱۴۷
- علایم پوسیدگی ۱۴۷
- راه‌های پیشگیری از پوسیدگی ۱۴۸
- کشیدن دندان‌های شیری ۱۵۱

مقدمه

آیا این وضعیت به نظر آشنا می‌آید؟ به خاطر چکاپ به دندانپزشک می‌روید. احساس بدی دارید، چون این دوازده ماه تاخیر داشتید (شاید هیجده ماه، چه کسی حساب می‌کند؟) اما شما هم به دلیل دیگری احساس بدی دارید.

تغذیه دندان

در آخرین دیدار، دندان پزشکتان در مورد این که رژیم غذایی چگونه بر سلامت دهانی شما تاثیر می‌گذارد، صحبت کرده بود. آیا تا به حال به خودتان گفتن بودید که زیاد قند می‌خورید؟ و آن شکر باعث مشکلات دندانی می‌شود؟ حالا دوباره فکر کنید.

بعد از آخرین مراجعه، قند کمتری می‌خورید؟ برای چه مدت؟ اگر پاسخ این سوال زیاد طول نکشید! "نگران نباشید. بسیاری از مردم همین پاسخ را می‌دهند (اگر صادق باشند).

با این حال، همه می‌دانند که بین شکر در رژیم غذایی و پوسیدگی دندان چه ارتباطی وجود دارد، اینطور نیست؟ حتی کودکان می‌دانند که شکر برای دندان آن‌ها بد است با این وجود مشکلات دندانی هنوز یک مشکل بزرگ است و مردم هنوز مقدار زیادی شکر می‌خورند

بنابراین، حذف شکر از رژیم برای دندانهای سالم یک حرکت عالی است؟

راههای مقابله با درد دندان، به عنوان یک هواکش

کافی است که برای یک لحظه غفلت کنید و لیوان آبی را سر بکشید که دمای آن کمی از دمای اتاق پایین تر باشد، یا جرعه چای را بیش از اینکه کاملاً سرد شود، بنوشید؛ دردی گنگ اما تیر کشنده از میان دندانهایتان جان می گیرد و تا مغزتان امتداد می یابد. این درد همان کابوسی است که بسیاری از مردم را از انجام جرم گیری ساده باز می دارد یا همدم همیسیگی افراد پیر یا میان سالی است که دچار سایش شدید دندانها شده اند. "هوا کشیدن دندان" اصطلاح عامیانه ای است که بسیاری از افراد، برای توصیف وضعیتی که دندانهایشان به آن دچارند، به کار می برند. ریشه این عبارت در جان گرفتن درد دندانها حین تنفس عمیق در هوای سرد است که تمام وجود آدمی را سرشار می کند. اگرچه این درد می تواند ریشه های مختلفی داشته باشد، اما یکی از عوامل ایجاد کننده آن "حساسیت دندانها" است.