

نقش ویتامین ها در

درمان بیماری های دهان و دندان

دکتر سمیرا جمالی

دکترای حرفه ای دندانپزشکی

نیما برکتین

دانشجوی دکترای حرفه ای دندانپزشکی دانشگاه آزاد اسلامی اصفهان (واحد خوراسگان)

سرشناسه	: جمالی، سمیرا، ۱۳۷۰ -
عنوان و نام پدیدآور	: نقش ویتامین‌ها در درمان بیماری‌های دهان و دندان/ سمیرا جمالی، نیما برکتین.
مشخصات نشر	: تهران: شاپرک سرخ، ۱۳۹۷.
مشخصات ظاهری	: ۱۳۰ ص.
شابک	: 978-600-463-178-5
وضعیت فهرست نویسی	: فیبا
موضوع	: ویتامین‌ها -- مصارف درمانی
موضوع	: Vitamin therapy
موضوع	: دهان -- بیماری‌ها -- درمان جایگزین
موضوع	: Mouth -- Diseases -- Alternative treatment
موضوع	: دندان -- بیماری‌ها -- درمان جایگزین
موضوع	: Teeth -- Diseases -- Alternative treatment
شناسه افزودن	: برکتین، نیما، ۱۳۷۸ -
رده بندی کنگره	: ۱۳۹۷ ج ۷/۸ RM259
رده بندی یویم	: ۲۳۸/۶۱۵
شماره کتابشناسی ملی	: ۵۳۷۸۸۱۲

- عنوان: نقش ویتامین‌ها در درمان بیماری‌های دهان و دندان
- نویسندگان: سمیرا جمالی، نیما برکتین
- نوبت چاپ: اول بهار ۱۳۹۷
- ناشر: شاپرک سرخ
- چاپ و صحافی: شاپرک
- شمارگان: ۱۰۰۰
- قیمت: ۱۹۰۰۰ تومان
- شماره شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۴۶۳-۱۷۸-۵



انتشارات شاپرک سرخ

تهران، میدان انقلاب اسلامی، ابتدای خیابان آزادی،

کوچه شهید جنتی، پلاک ۲۴ واحد ۱

۰۹۱۲-۲۱۴۴۶۰۰

۰۲۱-۶۶۹۳۳۷۴۶

www.shaparac.com

کلیه حقوق مادی و معنوی اثر متعلق به نویسندگان بود و هرگونه تکثیر و کپی برداری از این کتاب غیر قانونی می‌باشد و پیگرد قانونی خواهد داشت

پیشگفتار نویسندگان

حمد و سپاس خداوندی را که لطف و رحمت خود را برای بندگان ارزانی داشته و هم اوست که راه گشای همیشگی بندگان خود در زمان نیاز بوده، هست و خواهد بود.

بار دیگر به لطف و رحمت پروردگار، این امکان فراهم گردید تا بتوانیم در راستای اعتلاء و ارتقای سطح علمی و فرهنگی کشور عزیز خود ایران، گامی هر چند ناچیز برداشته و مجموعه ای را برای دانشجویان، دندانپزشکان و دستداران به علم دندانپزشکی فراهم سازیم.

کتابی را که در دست دارید می‌کوشد که سطح آگاهی شما دانشجویان، دندانپزشکان و دستداران به این رشته را در زمینه نقش ویتامین‌ها در درمان بیماری‌های دهان و دندان در دندانپزشکی بالا برد.

مطالب این کتاب بر اساس تجربیات شخصی و کاری و آخرین یافته‌های علمی و مراجع معتبر دندانپزشکی گردآوری شده است. ما آمادگی داریم تا بتوانیم مجموعه ای کامل را خدمت دستداران به علم و فرهنگ کشور عرضه کنیم تا سهم کوچکی در آگاهی دانشجویان و دندانپزشکان این مرز و بوم داشته باشیم.

در پایان از همه کسانی که در تألیف این مجموعه همکاری داشته‌اند، کمال تشکر و قدردانی را داریم.

با سپاس شایسته

دکتر سمیرا جمالی

نیما برکتین

فهرست مطالب

فصل اول.....	۱۳
ویتامین ها.....	۱۳
مقدمه.....	۱۴
ویتامین ها و کوآنزیم ها.....	۱۵
ویتامین های محلول در آب.....	۱۶
تیامین (B1).....	۱۶
ریبوفلاوین (B2).....	۱۷
نیاسین (B3).....	۱۹
پانتوتنیک اسید (B5).....	۲۰
ویتامین B6.....	۲۱
بیوتین (ویتامین H).....	۲۲
کوبال آمین (B12).....	۲۳
اسید فولیک (ویتامین Bc).....	۲۶
ویتامین C (اسید اسکوربیک).....	۲۸
ویتامین های محلول در چربی.....	۳۰
ویتامین A (رتینول).....	۳۰
ویتامین D3 (کوله کلسیفرول).....	۳۳
ویتامین E (α - توکروفرول).....	۳۵
ویتامین K :.....	۳۶
از کجا بفهمیم چه ویتامینی کم داریم؟.....	۳۸

فصل دوم..... ۴۳

ویتامین ها و دندان ۴۳

مقدمه	۴۴
کدام ویتامین ها برای دندان ضروری هستند؟	۴۵
نقش ویتامین A در سلامت دهان	۴۵
ویتامین B3 و سلامت دهان	۴۵
ویتامین B12 و B2	۴۶
ویتامین C	۴۶
ویتامین D	۴۷
ویتامین E	۴۸
اهمیت کلسیم برای دندان ها	۴۸
آهن و فسفر	۴۹
فلز روی	۴۹
منیزیم	۴۹
کوآنزیم Q10	۴۹
پوسیدگی دندان و ویتامین ها	۵۰
ویتامین ها و رویش دندان در کودکان	۵۱
ویتامین C و تقویت لثه ها	۵۲

فصل سوم ۵۵

سلامت دهان و ویتامین ها ۵۵

مقدمه	۵۶
بیماری های دهان و ویتامین B	۵۶
بیماری های شایع ناحیه دهان	۵۷

۶۵.....	خشکی دهان و ویتامین A
۶۷.....	لق شدن دندان و ویتامین E
۶۹.....	بی حسی لب و چانه بعد جراحی دندان عقل و ویتامین B
۶۹.....	دندان قروچه و ویتامین ها
۷۲.....	تقویت دندان و لثه کودک: ویتامین D,C
۷۲.....	کمبود ویتامین C,A و E در بروز سرطان دهان
۷۴.....	علت تلخی دهان و ویتامین ها
۸۰.....	لکوپلاکیا- دهانی و ویتامین ها
۸۱.....	کمبود ویتامین و بیماری های دهان
۸۳.....	تظاهرات و علایم دهانی کمبود ویتامینها در دهان
۸۴.....	علایم کمبود ویتامین A در دهان
۸۴.....	علایم کمبود ویتامین D در دهان
۸۵.....	علایم کمبود ویتامین E در دهان
۸۵.....	علایم کمبود ویتامین K در دهان
۸۶.....	علایم کمبود ویتامین C در دهان
۸۶.....	نشانه دهانی کمبود ویتامین B1
۸۷.....	نشانه دهانی کمبود ویتامین B2
۸۷.....	نشانه های دهانی کمبود ویتامین B12
۸۸.....	نشانه های دهانی کمبود اسید فولیک
۸۸.....	ویتامین های B5، B6 و بیوتین
۹۱.....	فصل چهارم
۹۱.....	ویتامین D و دندان

۹۲.....	ویتامین D
۹۴.....	فیزیولوژی ویتامین D
۹۶.....	متابولیسم، تنظیم و انتقال
۹۸.....	اهمیت بالینی
۱۰۱.....	اثر کمبود ویتامین D در دندان و سلامت آن
۱۰۲.....	اثر کمبود ویتامین D در دندان
۱۰۲.....	پوسیدگی دندان
۱۰۳.....	یکپارچگی ساختاری
۱۰۴.....	ویتامین D و سلامت دندان ها
۱۰۵.....	ویتامین D و تقویت دندان ها
۱۰۶.....	اثرات ضد سرطانی ویتامین D در دهان و دندان
۱۰۶.....	تنظیم سیکل سلولی به وسیله ویتامین D
۱۰۷.....	اثرات ضد التهابی تهاجم و متاستاز
۱۰۸.....	بیماری پریودنتال و ویتامین D
۱۰۹.....	ویتامین D و دندان های قوی
۱۱۰.....	لیکن پلان دهانی و ویتامین D
۱۱۴.....	ایمپلنت های دندانی و نقش ویتامین D
۱۱۶.....	نشانه کمبود ویتامین D در دندان
۱۱۸.....	منابع