

## عنوان: مسواک و انواع آن



واحد آموزش

تعویض دوره ای مسواک هایشان مفید باشد. انتخاب اشکال مختلف دسته های مسواک توسط افراد به سلیقه آنها بستگی دارد. دسته مسواک باید به راحتی در کف دست فرد قرار گیرد. این دسته ممکن است صاف یا زاویه دار، ضخیم یا باریک باشد. مسواک هایی که زاویه بین سرودسته آنها کم بوده و شیب ملایمی دارند بهتر می باشند.

برای بیشتر افراد مسواک هایی با سر کوتاه و الیاف نایلونی با سطح مقطع مستقیم، نوک گرد، نوع نرم تا متوسط که در ۳ یا ۴ ردیف منظم شده اند پیشنهاد می گردد.

### منابع:

جراحی دهان و فک و صورت

پیترسون ۲۰۰۳

می کنند تحلیل لثه، بیشتری دارند. سختی الیاف مسواک بر سایش در روی سطوح مینا تأثیر زیادی ندارد.

برای حفظ کارایی تمیز کردن مسواک ها متناوباً آنها را تعویض کنیم. اگر همه الیاف پس از یک هفته ساییده شدند احتمالاً عمل مسواک زدن با شدت زیاد انجام می گردد و اگر الیاف ها بعد از ۶ ماه تغییری نکنند یا مسواک زدن خیلی نرم انجام شده، یا اینکه مسواک هر روز استفاده نشده است. متأسفانه افراد تمایل دارند که از مسواک ها تا هر زمان ممکن حتی تا مدت ها بعد از این که الیاف کاملاً ساییده شده اند استفاده نمایند. مسواک های با علایم نشان دهنده سایش (به عنوان مثال رنگ آبی موجود بر روی برخی الیاف) اکنون در دسترس می باشند. این رنگ با استفاده از مسواک زدن به مرور از بین رفته و می تواند در یادآوری به افراد برای

یک مسواک باید بتواند به بیشترین نواحی ممکن از دندان‌ها رسیده و به طور مؤثری آنها را تمیز کند.

برخی مسواک‌ها موئی هستند که به دلیل ایجاد تغییرات اندکی در نحوه قرارگیری الیاف طول آنها یا سختی دارای بهترین طراحی می‌باشند. این ادعاها عمدتاً بر اساس میزان برداشت پلاک توسط این مسواک‌ها است. در صورتیکه هیچ مسواکی قادر به برداشت همه پلاک نیست. هیچ یک از انواع مسواک‌ها از نظر کلینیکی نسبت به بقیه برتری ندارند و نمی‌توان مسواک بخصوصی را پیشنهاد کرد. سهولت استفاده توسط بیمار یک عامل مهم در انتخاب مسواک است. کارایی و صدمات احتمالی ناشی از انواع مختلف مسواک‌ها به میزان زیادی به چگونگی استفاده از آنها بستگی دارد.

مطالعات انجام شده بر روی سایش ناشی از مسواک‌های مختلف دستی نشان می‌دهند که تفاوت‌های موجود در طراحی مسواک، به الیاف آنها اجازه می‌دهند تا خمیر دندان بیشتری را حمل نمایند، استفاده از یک مسواک سخت، مسواک زدن افقی با شدت و احتمالاً استفاده از خمیردندانهای بسیار ساینده ممکن است منجر به سایش ناحیه نزدیک به لثه و تحلیل لثه شود.

دو نوع مواد در الیاف مسواک‌ها استفاده می‌شود:

۱- الیاف طبیعی به دست آمده از خوک

۲- فیلامانهای مصنوعی که عمدتاً از نایلون ساخته شده‌اند.

هر دو نوع پلاک را بر می‌دارند، وی الیاف نایلونی در بازار، مصرف بسیار فراوانتری دارند. ولی در ارتباط با یکنواختی الیاف مسواک، انعطاف پذیری، مقاومت در برابر شکستگی و دفع آب و

خورده‌های غذا، الیاف نایلونی برتر هستند. در حالی که الیاف طبیعی به خاطر ساختمان لوله‌ای شکل خود نسبت به سایش، شکستگی، آلودگی با رسوبات میکروبی محلول، نرم شدن و از دست دادن حالت انعطاف پذیری، بسیار مستعدتر هستند.

الیاف مسواک در دسته جاتی قرار می‌گیرند که معمولاً در ۳ یا ۴ ردیف منظم شده‌اند. مسواک‌هایی که چندین دسته الیاف دارند دارای الیاف بیشتری بوده و در تمیز کردن دندانها نسبت به مسواک‌هایی که الیاف کمی دارند کارایی بیشتری دارا می‌باشند. الیاف با نوک گرد، نسبت به الیاف با سطح مقطع صاف و لبه‌های تیز منجر به آسیب کمتری بر روی لثه می‌شود. استفاده از مسواک‌های با الیاف سخت باعث تحلیل لثه بیشتر شده و افرادی که به طور منظم از مسواک‌های سخت استفاده می‌کنند نسبت به افرادی که از مسواک‌های نرم استفاده