

التسنين

قد يكون التسنين صعبًا على الأطفال. ويبدأ عادة ما بين 4 و7 أشهر ويستمر حتى مرحلة الطفولة المبكرة عندما تظهر الضروس. وقد تلاحظي أيضًا تورم اللثة قبل ظهور الأسنان. وفيما يلي بعض المعلومات عن التسنين وأسنان الطفل الأولى وكيفية العناية بها.

راقبي علامات التسنين الكلاسيكية. لا يمكنك أن تقولي على وجه اليقين إن الطفل في مرحلة التسنين حتى تبدئي في رؤية السن. ومع ذلك، قد تكون بعض علامات التسنين قضم طفلك للأشياء أو مضغها. وقد يفرك أذنيه أيضًا، أو يسيل لعابه بدرجة أكثر، أو يصبح وجهه متورّدًا أو محمّرًا، و/أو يكون أكثر انزعاجًا من المعتاد.

قدمي بعض الراحة لألم التسنين. قدمي منشفة أو عضاضة نظيفة وباردة (سيليكون أو لاتكس) تم تبريدها في الثلاجة. دلكي لثة الطفل بأيد نظيفة أو اتركه يتناول و"يمضغ" عقلة إصبعك لتهدئة اللثة المتورمة.

ماذا عن العض إذا كنت ترضعين طفلك رضاعة طبيعية؟ حاولي إخراج بعض الحليب قبل التقاط الثدي. وقد يساعد ذلك طفلك على التأقلم مع الرضاعة بسرعة أكبر. بعد ذلك، استهدي بمسك طفلك قبل أن يغلق فمه للعض. وراقبي شد فكه أو تحريك لسانه. وإذا بدا أنه قد يعض، أبعديه بسرعة وقدمي منشفة باردة.

تجنبي القلائد والخرز أثناء التسنين. لم توافق إدارة الغذاء والدواء الأمريكية على قلائد أو أساور التسنين ولم تجدها فعالة. وقد تتسبب أيضًا في خنق طفلك عن طريق الخطأ، وإذا انكسرت، فقد يتعرض لخطر الاختناق.



لا تستخدمى البلادونا أو البنزوكائين. بينما يقال إنها تساعد في آلام التسنين، إلا إدارة الغذاء والدواء أصدرت تحذيرات ضد كليهما، لذا لا تعطيها لطفلك. اسألي طبيب الرعاية الأولية لطفلك عن استخدام الأسيتامينوفين (تايلينول) بدلاً من ذلك.

قد تكون الحمى منخفضة الدرجة الأقل من 100.5 درجة فهرنهايت ناتجة عن التسنين. يستطيع طبيب الرعاية الأولية لطفلك أن يوصي بإعطاء طفلك الدواء أم لا. ومن المحتمل أن تكون الحمى التي تزيد عن 100.5 درجة فهرنهايت ناتجة عن المرض، لذا اتصلي بطبيب الرعاية.

اعتني بلثة الطفل ونظفي أسنانه الجديدة على الفور. ابدئي روتين العناية بالفم مبكراً. وامسحي لثة الطفل بمنشفة نظيفة ورطبة أو ضمادة شاش بعد كل رضعة. وبمجرد ظهور الأسنان، استخدمى فرشاة أسنان للأطفال (ذات نهاية مستديرة) أو فرشاة أسنان من السيليكون ومسحة صغيرة (بحجم حبة الأرز تقريباً) من معجون أسنان يحتوي على الفلورايد لتنظيف الأسنان الجديدة جيداً، مرتين في اليوم.

يعني السن الأول أول موعد لطبيب الأسنان. بمجرد ظهور أسنان طفلك الأولى، يمكنك اصطحابه إلى طبيب الأسنان. اسألي عن ملمع الفلورايد. اكتشفي ما إذا كان ماء الصنبور في منزلك يحتوي على الفلورايد (لا تحتوي المياه المعبأة عليه). وإذا لم يكن كذلك، اسألي عن قطرات الفلورايد.

مقتبس من موارد الأكاديمية الأمريكية لطب الأطفال:
قلادات وخرز التسنين: تحذير للآباء والأمهات آلام التسنين عند الاطفال، لماذا من المهم العناية بأسنان الطفل، والأسنان الأولى للطفل: 7 حقائق يجب على الأمهات والآباء معرفتها

يُرجى المسح الضوئي للمزيد
من المعلومات

