

بروشورهای آموزشی اختلالات خواب در کودکان (دندان قروچه)

دکتر محمود محمدی

فوق تخصص بیماریهای مغز و اعصاب کودکان
استاد دانشگاه علوم پزشکی تهران



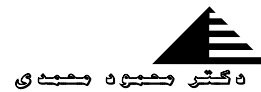
آدرس مطب: خیابان فلسطین، بین انقلاب و
بزرگمهر، کوی نجم، شماره ۵۶، طبقه اول.

تلفن: ۶۶۴۶۱۸۹۱
نمابر: ۶۶۴۹۱۸۸۳
پست الکترونیک: mohamadi@tums.ac.ir
www.profmoammadi.net

بروشور مربوط به والدین

تلفن: ۶۶۴۶۱۸۹۱

بروشور مربوط به والدین



دندان قروچه در کودکان

دندان قروچه در کودکان زیاد دیده می‌شود. کودکان و نوجوانان در هر مرحله از خواب می‌توانند دندان قروچه داشته باشند. ولی این پدیده در نیمه اول خواب شبانه رایجتر است و این درست زمانی است که خواب بدون حرکات سریع چشم non-REM بیشتر اتفاق می‌افتد. تقریباً ۵۰٪



کودکان دچار دندان قروچه می‌شوند. دندان قروچه معمولاً از سن ۱۰ ماهگی درست از زمانیکه شیرخوار دندانهای پیشین شیری خود را در می‌آورد، شروع می‌گردد (دو دندان در بالا و دو دندان در پایین). بعضی از شیرخواران در تمام شب دندان قروچه می‌کنند ولی برخی دیگر

دندان قروچه شبانه پدیده کاملاً شایعی در کودکان است..

گاهگاه این کار را انجام می‌دهند. گرچه در بزرگسالان دندان قروچه معمولاً با ضایعات دندانی همراه است در شیرخواران چنین ضایعاتی کمتر دیده می‌شوند. ولی بهر حال مشاوره با دندانپزشک برای معاینه دندانهای شیرخوار حداقل اقدام مفید خواهد بود. برخی از شیرخواران به تغییر وضعیتشان در طول خواب به نحو احسن جواب می‌دهند به این صورت که بعد از اینکه به حالت خوابیده به پهلو درمی‌آیند، یا در وضعیت خوابیده به پشت و بالشی زیر گردن قرارگیرد، دندان قروچه آنها قطع می‌شود.

دندان قروچه آنچه والدین باید بدانند!

دندان قروچه در بچه‌های بزرگتر و نوجوانان نیز دیده می‌شود و شروع آن معمولا بعد از سن ده سالگی است. تقریباً ۹۵٪ بالغین زمانی در طول حیات خود دندان قروچه داشته‌اند و بسیاری از آنان به کرات این حالت را داشته‌اند. در کودکان نیز این پدیده بسیار شایع است. دندان قروچه در کودکان مبتلا به ناتوانیهای هوشی و فلج مغزی نیز شایعتر است. کودکان مبتلا به



دندان قروچه ممکن است از علایم همراه مثل درد دندان،

سردرد و درد در مفصل تامپورو ماندیبولر (درست در جلوی لاله گوش) رنج ببرد. علاوه بر این تخریب، سائیدگی و شکستگی دندانها نیز می‌تواند در این کودکان دیده شود. ایجاد جواضطراب می‌تواند هم دفعات و هم شدت دندان قروچه را افزایش دهد.

واکنش شما به دندان قروچه در کودکان چگونه باشد؟

حقیقتا دندان قروچه در کودکان چندان نگران کننده نبوده، احتیاج به اقدامات آن چنانی ندارد. البته ایجاد جوی آرام واز بین بردن محیطی تنش‌زا برای کودک مانند تمام انواع اختلالات خواب، البته کمک گزار خواهد بود. البته اگر کودک دچار سردرد و درد در محل مفصل آرواره در کنار گوش بود ویا اینکه دندانهایش دچار تخریب و خوردگی بودند؛ حتما باید از مشاوره دندانپزشکی سود جست. بچه‌های بزرگتر و همچنین نوجوانان ممکن است از پروتز محافظ دندان سود ببرند (به شکل صفحه بعد نگاه کنید).



پروشور مربوط به والدین

آدرس مطب: خیابان فلسطین، بین انقلاب و بزرگمهر، کوی نجم، شماره ۵۶، طبقه اول.

تلفن: ۶۶۴۶۱۸۹۱

نماین: ۶۶۴۹۱۸۸۳

پست الکترونیک: mohamadi@tums.ac.ir

www.profmoammadi.net