



مؤسسة الرعاية الصحية الأولية
PRIMARY HEALTH CARE CORPORATION

صرير الأسنان / اصطكاك الأسنان



صرير الأسنان هو عادة طحن الأسنان أو الضغط عليها بشكل متكرر ولا إرادي. تزداد عادة طحن/اصطكاك الأسنان عند الأطفال في سن مبكرة، بدءاً من عمر ٤ سنوات، وتبلغ هذه العادة ذروتها بين سن ١٠ إلى ١٤ عاماً، كما يمكن أن تحدث لدى البالغين أيضاً. غالباً ما يتم اكتشاف صرير الأسنان عند الأطفال، عن طريق سماع أصوات طحن أسنانهم أثناء نومهم. وعادةً ما يكون سبب هذه العادة التوتر، القلق، الغضب، الإحباط، اضطرابات النوم، أو سوء اصطفاغ الأسنان.

كيفية مساعدة الطفل على التخلص من هذه العادة:

- طلب المساعدة لعلاج السبب الكامن مثل القلق أو الغضب.
- استخدام أجهزة فموية تُسمى "الحواجز الليلية" لحماية الأسنان من الطحن أثناء النوم، ويمكن أن تُصنع هذه الأجهزة في معمل الأسنان، أو أن تُشترى جاهزة.



- تناول الأدوية الموصوفة من قبل طبيب الأسنان للمساعدة في استرخاء عضلات الفك.

ما هي آثار صرير الأسنان؟

- فقدان بنية الأسنان وتسطيح الأسطح الإطباقية للأسنان.



- تكسر أو تآكل في الأسنان.
- حساسية الأسنان عند تناول الطعام أو الشراب الساخن والبارد.
- ألم في الأسنان والفك، وقد يمتد إلى الرقبة والوجه.
- الصداع، خاصةً عند الاستيقاظ من النوم.