



مؤسسة الرعاية الصحية الأولية
PRIMARY HEALTH CARE CORPORATION

قضم الأظافر



كيف تساعد الطفل على التخلي عن هذه العادة؟

- على الكبار تجنب ما يؤدي لإثارة القلق أو التوتر التي تتسبب في قضم الأظافر.
- تقليل الأظافر أسبوعياً للكبار والصغار.



- استخدام طلاء أظافر ذو مذاق مر للصغار وإشراك الطفل في أنشطة أخرى.

عادة ما يُطلق عليها بعادة قضم الأظافر وهي عادة شائعة جداً بين الأطفال كرد فعل للتوتر أو العصبية أو الملل في بعض الأحيان.

ما هي آثار قضم الأظافر؟

- تسطح الأسنان وتآكلها.
- من الممكن أن تجرح أظافر الأصابع الطويلة اللثة.
- تحدث العدوى بالفم نتيجة لتجمع الأوساخ والبكتيريا والفيروسات تحت أنسجة الظفر.
- الضغط المستمر عند قضم الأظافر قد يسبب ألماً في مفصل الفك.
- الضغط مع العض يمكن أن يسبب انحراف الأسنان عن مكانها.
- الأطفال الذين يمارسون قضم الأظافر بكثرة هم أكثر عرضة للإصابة بصير الأسنان.