

## خمس تغييرات داخل الفم تنذرنا بالخطر!



يؤكد الخبراء أنه قد يكون من الضروري مراقبة صحة الفم، وأي تغيير يحصل فيه، لأنه قد يدل على خلل ما في جسمك.

وسيساعدك التأكد من الحفاظ على المواعيد المنتظمة مع طبيب الأسنان، حيث يمكنه اكتشاف الحالات المتغيرة التي قد تفوتك.

ويمكن أيضا معرفة خمس حالات يجب البحث عنها، والتي يمكن أن تكون أساسية في اكتشاف أي مشاكل صحية.

وأوضح الخبراء في مركز ExpressDentist عن بعض الحالات الرئيسية التي قد تحذرک بها أسنانك، والتي تشمل:

1. فقر الدم وشحوب اللثة

يمكن أن يحدث شحوب اللثة بسبب فقر الدم، وغالبا ما يكون بسبب نقص الحديد.

وتوجد بعض الاختلافات اللونية بشكل طبيعي، لذا قد يبدو أن اللثة أفتح أو أغمق من غيرها.

وعادة إذا لم تؤلم اللثة أو تنزف، فإننا لا نوليها الكثير من الاهتمام. ولكن إذا لاحظت أن لثتك تبدو فجأة شاحبة تماما وتعاني من أعراض أخرى مثل الشعور بالتعب أو الدوار، فقد تكون المتابعة مع الطبيب فكرة جيدة.

## 2. اضطرابات الأكل ومينا الأسنان

إذا كان اضطراب الأكل ينطوي على القيء، فإن أحماض المعدة تغمر الأسنان ويمكن أن تذيب طبقة المينا الصلبة.

وقد توفر التغييرات في اللون أو الشكل أو الشفافية أو الحساسية أدلة على مشكلة أساسية يمكن أن تؤدي إلى تسوس واسع النطاق وفقدان الأسنان بمرور الوقت. وقد يكون هذا شيئا يجب أن تبحث عنه لد الأصدقاء أو العائلة الذين قد تكون قلقا بشأنهم.

## 3. هشاشة العظام وفقدان الأسنان

إذا شعرت أن أسنانك لينة (أقل كثافة) قليلا من المعتاد، فقد تكون مصابا بهشاشة العظام.

ويوفر العظم المحيط بأسنانك الأساس الذي يدعمها. وفي حين أنه قد يكون من الصعب اكتشاف هذه الحالة في المنزل، فإن أطباء الأسنان وخبراء حفظ الصحة سيكونون قادرين على رؤية تغير نظامي في كثافة العظام بسبب هشاشة العظام.

ويمكن للأسنان التي تتحرك أكثر من المتوسط أثناء الاختبار أن تقدم دليلا مبكرا على هذه الحالة. وغالبا ما يوصي الخبراء بإجراء اختبار كثافة العظام مع الطبيب في هذه الحالات.

## 4. مرض القلاع الفموي وفيروس نقص المناعة البشرية

نظرا لضعف جهاز المناعة لدى مرضى فيروس نقص المناعة البشرية، فإنهم يصبحون أكثر عرضة للإصابة بمرض القلاع والالتهابات الأخرى الأكثر خطورة.

وتشمل علامات مرض القلاع الفموي تشققات في زوايا الفم، وعدم تذوق الأشياء بشكل صحيح، وطعم مزعج في الفم أو ألم داخل الفم.

#### 5. فقدان الأسنان وأمراض الكلى

يمكن أن يسبب مرض الكلى تقرحات الفم، وتغيرات في التذوق، ويمكن أن يتسبب جفاف الفم الناتج عن انخفاض إنتاج اللعاب.

وعندما يجف الفم، تزداد الحموضة وقد يؤدي انخفاض الرقم الهيدروجيني إلى تسوس الأسنان الشديد وفقدان الأسنان في نهاية المطاف.

وتظهر بعض الأبحاث أيضا أن مرضى اللثة لديهم مخاطر متزايدة للإصابة بأمراض الكلى، وهي علاقة ثنائية الاتجاه بين صحة الفم والصحة الجهازية.

وإذا لاحظت المزيد من تقرحات الفم غير المبررة أو تغيرا في المذاق، فقد يكون من المفيد الانتباه إلى الأعراض الأخرى لأمراض الكلى.

وقد يكون هذا الشعور بالتعب أكثر أو صعوبة في النوم أو الحاجة إلى التبول كثيرا.