



**لمینت دندان** یک راه حل فوق العاده برای داشتن لبخندی زیبا می باشد که می تواند اعتماد به نفس را به ارمغان آورده و یک تاثیر مثبت ماندگار را بر جای گذارد. اصلاح طرح لبخند با لمینت بعنوان یک روند دندانپزشکی زیبایی بدون درد، می تواند دامنه وسیعی از دغدغه های رایج در دندان را درمان کند. لمینیت از مواد سرامیک با دوام و بسیار نازک ساخته شده است، به جلوی هر دندان پیوند خورده و یک لبخند طبیعی زیبا را خلق می کند. در بسیاری افراد، درمان مشکلات طاقت فرسای دندان و برخورداری از لبخندی زیبا، می تواند یک تجربه تغییر دهنده زندگی محسوب شود. [راز جراحی](#) با ارائه مقاله ای جامع و کامل، به عنوان یک راهنما برای دستیابی به نتیجه ای شگفت انگیز شما را در این مسیر همراهی می نماید.

## لمینت دندان چیست؟

لمینت دندان ، روکشی است نازک و مطابق با رنگ طبیعی دندان ها که در راستای هدف زیباسازی لبخند فرد طراحی شده است. لمینت با نام ونیر نیز شناخته می شود. با قرارگیری این روکش های کم ضخامت ، فرم دندان ها ، رنگ و اندازه آن ها طبق انتظار فرد تغییر پیدا می کنند. در کنار هدف زیباسازی ، لمینت دندان از مزایای دیگری نیز برخوردار است. این روکش های دندانی مقاومت دندان ها را بالا می برند و طول آن ها را با یکدیگر همتراز می کند. بدین نحو فرد از مشکلاتی که به سبب نا مرتب بودن ردیف دندان ها بوجود آمده بودند ، رهایی می یابد. لمینت ها دارای انواع مختلفی هستند که در ادامه مطالب به آن ها می پردازیم.

## انواع لمینت دندان

یکی از رایج ترین و موثرترین درمان ها در حوزه دندانپزشکی، لمینت دندان می باشد که می تواند برای دندان هایی که بدشکل، کج، بد رنگ، پریده و غیر یکنواخت هستند مورد استفاده قرار گیرند. برخی از انواع لمینیت های دندان عبارتند از:

### • لمینت پورسلین

این نوع لمینت دندان که از سرامیک سفت شده با کیفیت و ساخته شده به صورت دستی تهیه شده است، یک راه حل قابل اعتماد برای همگان محسوب می شود. لمینت پورسلین برای چندین دهه مورد استفاده قرار گرفته است. البته نمونه های قدیمی آن، نازک تر بوده و اغلب بعنوان فرمی از سفید کردن دندان مورد استفاده قرار می گرفته اند. امروزه نیز این ماده هنوز بعنوان شکلی از درمان سفید کردن دندان برای افرادی که از لکه های دندانی رنج می برند، قابل استفاده می باشد.

### • لمینت کامپوزیت

لمینت های کامپوزیت از مواد مورد استفاده در پر کردن دندان ساخته شده اند و در صورت شکسته شدن به راحتی قابل ترمیم می باشند و عمر متوسط آنها بین 2 تا 5 سال است. این فرایند شامل به کار گیری لایه هایی از کامپوزیت بر روی دندان می باشد. این لایه ها سپس، تراش داده شده و به شکل مورد نظر و مطلوب در آورده می شوند.

### • لمینت Lumineer

این لمینت دندان که از ماده ای با عنوان Cerinate Lumineer ساخته شده است، بسیار نازک و در عین حال مقاوم می باشد. روند درمان با این محصول بدون درد بوده و هیچگونه سوزن یا ابزار حفاری و تراش دادن در آن استفاده نمی شود. بنابراین این فرایند بدون نیاز به بی حسی قابل اجرا بوده و در طول دو ویزیت تکمیل می شود. این محصول به علت دوام و مقاومت بالا، تا بیش از 20 سال ماندگار می باشد.

با توجه به توضیحات مطرح شده دیر باید فرق لمینت و کامپوزیت را بدانید، اما اگر توضیحات مطرح شده قانع تان نکرده است می توانید به دندانپزشک مراجعه کنید و توضیحات تکمیلی را از او نیز جویا شوید.

## کاندیدای مناسب برای لمینت

تقریباً کلیه افراد دارای سلامت دندان و مینای دندان کافی، می توانند بعنوان یک داوطلب ایده آل برای لمینت دندان محسوب شوند. ماهیت نگهدارنده این روند، آن را به یک فرایند ایده آل برای ارتقاء زیبایی تبدیل کرده و در دامنه وسیعی از درمان های دندان، مورد استفاده قرار گرفته است. اگر هنوز در خصوص بهره مندی از این درمان دچار تردید هستید می توانید با مطالعه این مقاله درست ترین تصمیم را اتخاذ کنید.

هر چند این پروسه ایمنی بالایی دارد اما در شرایطی می تواند برای برخی از افراد روند نامناسبی تلقی شود. چنانچه فرد به یکی از موارد زیر دچار باشد، انجام لمینت دندان به او پیشنهاد نمی شود:

1. آن دسته از افرادی که دندانهایشان به سبب پوسیدگی بیش از حد یا بیماری های مربوط به لثه (پریودنتال) ، ناسالم هستند.
2. کسانی که استحکام دندان های خود را به خاطر آسیب های وارده به آن ، از دست داده اند.
3. بعضی از افراد نیز روی سطح دندان ها مینای کافی برای تراش دادن ندارند.
4. آنانی که به دندان قروچه دچار هستند ، یعنی دندان هایشان را به طور ارادی یا غیر ارادی به هم دیگر می ساینند ، نباید لمینیت انجام دهند. زیرا این عمل باعث ترک خوردگی یا شکستگی روکش می شود.



**لمینت دندان** برای پوشش دادن یک دندان یا مجموعه ای از دندان ها بمنظور جوانسازی شکل ظاهری لبخند، قابل استفاده می باشد. این روند می تواند بهبود های زیبایی قابل ملاحظه ای را به همراه بیاورد. لمینت می تواند انواع متعددی از نقص ها از جمله موارد زیر را درمان کند:

- پریدگی دندان
- ترک های دندان
- نامنظم بودن دندان ها
- فاصله بین دندان ها
- لکه های عمیق و تغییر رنگ های شدید در دندان ها
- دندان های دارای شکل نامنظم و غیر یکنواخت
- دندان های کوتاه یا شکسته شده

در برخی موارد، لمینت دندان حتی برای بهبود شکل ظاهری دندان های کج به جای ارتودنسی نیز قابل استفاده می باشد. در طول جلسه مشاوره، دندانپزشک با دقت نواحی مورد نظر را آزمایش کرده و ارزیابی های لازم را جهت تشخیص مناسب بودن این روند بعنوان بهترین گزینه برای دستیابی به بهبود های مورد نظر در دندان ها، انجام می دهد.

روند اصلاح **طرح لبخند** با لمینت دندان اغلب در یک دوره زمانی شامل سه ویزیت، تکمیل می شود. قدم اول، برگزاری جلسه مشاوره بوده و پس از آن جلسات آماده سازی دندان و خلق لبخند آزمایشی موقتی، و در نهایت، پر کردن و جایگذاری لمینت دندان سفارشی شما انجام می شود. اگر با مشکلات زیر در دندان های خود درگیر هستید، داوطلب خوبی برای بهره مندی از درمان لمینت محسوب می شوید:

### • دندان های زرد یا بد رنگ

دندان های بد رنگ و خصوصاً دندان هایی که بر روی آنها لکه افتاده است، به درمان های سفید کردن دندان واکنش مطلوبی نشان نمی دهند. این دندان ها برای درمان با این روش، گزینه خوبی محسوب می شوند. گاهی در اثر عوامل ژنتیکی، دندان های شما سیاه می شود و گاهی در اثر مصرف تتراسایکلین، لکه های عمیقی بر روی دندان های شما ایجاد می گردد. لمینت دندان به طور دائمی می تواند این دندان های بد رنگ شده را پنهان نماید.

### • دندان های کوتاه و لبخندی که باعث دیده شدن لثه ها می شود

لمینت دندان به همراه لیفت لثه می تواند به بیماران دارای دندان های ریز که در موقع خندیدن بخش قابل ملاحظه ای از لثه آنها دیده می شود، کمک کند. این درمان ها می تواند شکل ظاهری دندان ها را بلند تر کرده و خط لثه را دوباره شکل دهد. بدین ترتیب، تناسب در لبخند خلق می شود.

### • دندان های بد شکل، دچار پدیدگی شده یا آسیب دیده

لمینت دندان می تواند به شکلی زیبا، فرم ظاهری دندان هایی را که تا حدودی دچار آسیب دیدگی شده اند، درمان کند. شما می توانید با بهره مند شدن از این روش، از نتایجی خوشایند برای مدت زمانی طولانی بهره برده و لذت ببرید.

### • دندان های نامنظم

لمینت می تواند به سرعت شکل ظاهری دندان های کج، شلوغ یا فاصله دار را درمان کند. لمینت ساده ترین روش برای درمان مشکلات بی نظمی دندان ها بدون نیاز به صرف مدت زمان طولانی برای درمان های ارتودنسی می باشد. لمینت اغلب گزینه فوق العاده ای برای بیماران که نتیجه مطلوب را از درمان های ارتودنسی به دست نیاورده اند، محسوب می شود.

## کاربرد لمینت دندان

در مواردی که دندان های طبیعی فرد معایب ظاهری زیادی دارند، لمینت دندان برای رفع آن ها انتخاب مناسبی است. عمواً کاربرد لمینت جهت اصلاح ایرادات زیر می باشد:

1. تغییر رنگ دندان ها که به سبب مصرف برخی داروها همچون تتراسایکلین، دریافت فراوان فلوراید، عصب کشی، اثرگذاری رزین های پر کننده دندان و غیره، رخ داده است.
2. دندان های ساییده شده، ترک خورده یا شکسته

3. عدم یکنواختی و همترازی ردیف دندان ها

4. فاصله دندانی

## مراحل لمینت دندان

لمینت کردن دندان ها یک فرایند چند مرحله ای است که به طور کلی در سه جلسه انجام می پذیرد. جلسه اول حکم مشاوره قبل از پروسه را دارد و دو جلسه پس از آن مراحل آماده سازی دندان ها و اتصال لمینت است.

### • مرحله یک : جلسه مشاوره لمینت دندان

هدف از جلسه مشاوره قبل از لمینت ، انجام معاینات لازم توسط دندانپزشک و بیان خواسته ها از جانب فرد می باشد. با مطرح کردن اهداف و انتظاراتتان از به انجام دادن این فرایند ، پزشک نیز در جهت خواسته های شما ، معاینات لازم را به انجام می رساند. بدین نحو نیز پی می برد که آیا شما گزینه ایده آلی برای پروسه لمینت هستید یا نه. در ضمن دندانپزشک می تواند رادیوگرافی دندان انجام دهد تا بتواند بررسی دقیقی تری را به عمل آورد. علاوه بر آن ایشان با بهره گیری از تکنولوژی تصویربرداری زیبایی ، قادر خواهد بود پیش از شروع فرایند به شما نشان دهد که پس از لمینیت چه نتیجه ای حاصل می شود.

### • مرحله دوم : اقدامات آماده سازی لمینیت دندان

پس از اینکه ارزیابی ها به انجام رسید ، پزشک نوبتی را برای آماده سازی دندان و لمینت تعیین می نماید. از آن جایی که لمینت دندان به عنوان جایگزینی برای بخشی از مینای دندان به حساب می آید ، پزشک میزان اندکی از مینای سطح دندان را تراش می دهد. ضخامت مینای تراشیده شده حدود 0.3 تا 1 میلی متر است. این ضخامت دقیقاً مساوی با ضخامت روکشی است که به جای آن قرار می گیرد. بعد از این مرحله نوبت به قالب گیری دندان ها می رسد. قالب به آزمایشگاه دندان پزشکی فرستاده می شود تا مطابق با آن لمینت آماده گردد. پروسه آماده سازی لمینیت حدود 2 الی 4 هفته زمان می برد. در این مدت برای آن که به دندان های تراشیده شده آسیبی وارد نشود ، پزشک به شما روکش های موقتی را می دهد تا از آن ها استفاده کنید.

### • مرحله سوم : اتصال لمینت به دندان

نهایتاً پس از چهار هفته که قالب لمینت آماده شد باید مجدداً به دندانپزشکی مراجعه نمایید تا لمینیت بر روی دندان های شما اتصال یابد. برای این کار دندان پزشک در ابتدا به جهت اطمینان از تطابق قالب با دندان ها ، آن را درون دهان قرار داده و به لحاظ فرم و اندازه لمینت را بررسی می کند. پس از آن که از مناسب بودن قالب مطمئن شد ، با استفاده از ماده چسبنده که رنگ روکش نیز به وسیله آن مشخص می شود ، لمینت دندان را بر روی دندان ها می چسباند. البته پیش از آن ، برای اتصال بهتر روکش ، پزشک تا حدودی سطح دندان ها را جلا داده و زبر می کند. برای اتصال قالب به دندان ، رزین حساس به نور مورد استفاده قرار می گیرد. پزشک این سیمان مخصوص را بر روی روکش قرار داده و آن را به دندان ها می چسباند. سپس برای فعال سازی مواد شیمیایی سیمان و سفت شدن آن ، نور خاصی را به آن می تاباند. در انتها موادی که از اطراف لمینیت بیرون زده اند ، تمیز می شوند. عموماً دندانپزشک از شما می خواهد بعد از 2 هفته جهت ویزیت مجدد به او مراجعه نمایید.

## آیا لمینت دندان ، تمام مشکلات مربوط به ظاهر لبخند را برطرف می سازد؟

برای داشتن لبخندی زیبا و بی نقص ، با توجه به شرایط فک و دهان هر شخص ، ممکن است مجموعه ای از فرایندهای زیباسازی دندان مورد نیاز باشد. طی این پروسه ها بایستی لثه ها ، سایز ، رنگ و ترتیب دندان ها در قیاس لب و صورت فرد ، هماهنگ شوند. به همین دلیل امکان دارد برای رسیدن به یک لبخند زیبا در کنار لمینت فرایندهای همچون جراحی استاتیک لثه یا ارتودنسی تیز انجام پذیرد.

### طول عمر لمینت دندان

میزان طول عمر این تکنیک در شما به نحوه برخورد و مراقبت از آنها وابسته است. در اینجا نکاتی در خصوص مراقبت از لمینت هایتان در اختیار شما قرار داده می شود:

#### 1- اجتناب از ساییدن

آیا شما به ساییدن دندان ها به هم عادت دارید؟ پزشک به شما توصیه می کند تا در طول شب محافظی را بر روی دندان هایتان قرار دهید تا از آسیب دیدن آنها در اثر ساییدن شان به هم، پیشگیری کنید.

#### 2- به طور مرتب دندان های خود را مسواک زده و از نخ دندان استفاده کنید.

دندان های خود را به طور مرتب مسواک بزنید و پس از مسواک زدن، بین آنها را با نخ دندان تمیز کنید. در صورت تجربه کردن هر گونه مشکل در لمینت دندان خود به دندانپزشک مراجعه کنید.

#### 3- از حفاظ های دهانی استفاده کنید.

اگر ورزش می کنید، از محافظ های دهان بمنظور جلوگیری از ترک خوردگی یا پریدگی در لمینت های دندانانی خود استفاده کنید.

#### 4- سطوح سخت را گاز نزنید.

هرگز از دندان برای بازکردن قوطی، شل کردن گره یا کارهایی از این دست، استفاده نکنید. همگی این کارها باعث آسیب دیدن شما می شود.

اگر نگران شکل ظاهری دندان های خود هستید، می توانید از لمینت دندان به عنوان یک راه حل فوق العاده و یک روش بادوام بهره مند شوید. میزان طول عمر و ماندگاری لمینت های شما به نحوه مراقبت از آنها و دقت در نگهداری وابسته است.



## مزایای لمینت دندان چیست؟



1. لمینت می تواند پدیدگی ها، ترک ها و بدرنگ شدن دندان ها را پوشش دهد.
2. لمینت دندان طبیعی به نظر می رسد.
3. در لمینت تنها مقدار اندکی از مینای دندان برداشته می شود.
4. لمینت می تواند از بدرنگ شدن دندان ها جلوگیری کند.
5. لمینت دندان می تواند اعتماد به نفس شما را بالا ببرد.
6. لمینت به نگهداری اندکی نیاز دارد.

## مزایای لمینت دندان چیست؟

به خواندن مقاله راز جراحی ادامه دهید تا شما را با دلایل رایجی که دندانپزشکان بیماران را به استفاده از لمینت توصیه می کنند، آشنا کنیم:

1- لمینت می تواند پدیدگی ها، ترک ها و بدرنگ شدن دندان ها را پوشش دهد

لمینت دندان می تواند مشکلات کوچک زیبایی که در زمان خندیدن یا صحبت کردن آشکار می شوند را پوشش دهد. در طول مشاوره، دندانپزشک شما می تواند داوطلبی شما را برای بهره مند شدن از لمینت دندان تعیین نماید. برای مثال، وی این درمان را برای پوشش دادن فاصله بین دندان های جلو نیز توصیه می کند.

2- لمینت طبیعی به نظر می رسد.

مگر در حالتی که خود شما به دیگران بگویید که دندان های خود را لمینت کرده اید، کسی متوجه انجام این درمان در دندان های شما نخواهد شد. آرامش خیالی که از طبیعی بودن شکل ظاهری این درمان و عدم متوجه شدن دیگران به انجام آن در شما ایجاد می شود، واقعاً با ارزش است. شما از لبخند خود لذت می برید و این لذت، هدیه ای است که لمینت دندان به شما می دهد.

3- در لمینت تنها مقدار اندکی از مینای دندان برداشته می شود.

خوشبختانه، در درمان لمینت، تنها بخش جزئی از مینای دندان برداشته می شود. اگر مینای دندان برداشته نشود، بعد از قرار دادن لمینت، دندان ها بزرگ و بیرون زده به نظر می رسند. از آنجاییکه لمینت دندان یک درمان غیر تهاجمی است، در هیچ مرحله از اجرای آن بی حسی مورد نیاز نمی باشد.

#### 4- آنها می توانند از بدرنگ شدن دندان ها جلوگیری کنند.

با رعایت صحیح بهداشت و آگاهی از غذاهایی که می خورید، می توانید به ماندگاری لمینت دندان خود کمک کنید.

ماندگاری این درمان تا حد زیادی به غذاها و نوشیدنی های مورد مصرف تان وابسته است. نگهداری از دندان های طبیعی حائز اهمیت است، ولی در خصوص مراقبت، همانگونه که با دندان های طبیعی رفتار می کنید باید از لمینت نیز به همان شکل، با دقت و حساسیت مراقبت کنید. برای مثال اگر تکه ای یخ را گاز بزنید، ممکن است لمینت شما دچار پریدگی شود.

#### 5- لمینت می تواند اعتماد به نفس شما را بالا ببرد.

روند لمینت در دو مرحله انجام می شود. در طول ویزیت اول، دندانپزشک، مقدار کافی از مینا را از جلوی دندان بر می دارد تا فضای کافی برای قرار دادن لمینت ایجاد شود. اگر مینا برداشته نشود، لمینت باعث بزرگ و برجسته به نظر رسیدن دندان های شما می شود.

سپس در آزمایشگاه، متناسب با ساختار دهان شما، لمینت ساخته می شود. تا آماده شدن لمینت های دائمی، دندانپزشک، لمینت های موقتی را در دهان شما قرار می دهد.

وقتی لمینت ها آماده شد، پزشک اقدامات لازم را برای اطمینان از متناسب بودن آن با ساختار دهان شما انجام می دهد.

در انتهای فرایند، شما می توانید از طرح لبخند خود لذت ببرید.

#### 6- لمینت دندان به نگهداری اندکی نیاز دارد.

هر چند لمینت های دندان در برابر لکه مقاوم هستند ولی دوبار در روز به مسواک زدن و یکبار به نخ دندان زدن برای بهداشت دهانی خوب نیاز دارند.

## معایب لمینت دندان

در بالا مزایای لمینت را بیان کردیم. باید بدانید که لمینت دارای معایبی نیز می باشند که افرادی که قصد دارند آنها را بر روی دندان های خوب نصب کنند، باید با این معایب آشنا شوند تا تصمیم درستی را اتخاذ نمایند. این نقاط ضعف عبارتند از:

#### 1- لمینت دندان می تواند دچار آسیب دیدگی شود.



یکی از مشکلات این درمان این است که گاهی اوقات لمینت های دندان دچار ترک خوردگی یا پریدگی می شوند. گاز زدن ناگهانی و بدون ملاحظه برخی غذاها، می تواند لمینیت را دچار آسیب دیدگی کرده و عمر آن را کوتاه کند.

## 2- نصب لمینت بر روی دندان، یک فرایند غیر قابل برگشت می باشد

بمنظور نصب لمینت بر روی دندان، دندانپزشک، لایه نازکی از مینای دندان را بر می دارد. یکی از نقاط ضعف این درمان این است که این فرایند غیر قابل برگشت است و شما دیگر نمی توانید دندان های قبلی خود را مجدداً داشته باشید.

## 3- لمینت دندان می تواند باعث حساسیت دندان شود.

وقتی دندانپزشک لایه نازکی از مینای دندان را بر می دارد، این امر باعث افزایش حساسیت نسبت به نوشیدنی ها و غذاهای گرم و سرد می شود. بنابراین پس از دریافت این درمان باید جهت اجتناب از ایجاد حساسیت، از نوشیدن و خوردن غذاهای گرم و سرد خودداری کنید.

## 4- عمر لمینت در مقایسه با تاج و بریج دندان کمتر است.

این بعنوان یک نقطه ضعف برای لمینت های دندان محسوب نمی شود، و تنها در مقام مقایسه با درمان های دیگر از قبیل تاج و بریج دندان، دارای طول عمر کمتری می باشند.

## اقدامات قبل از لمینت دندان

قبل از اقدام به لمینیت کردن دندان ها، قرار ملاقاتی را با دندانپزشک خود مقرر کرده و درباره گزینه های مناسب برای شما و تعداد لمینت های مورد نیازتان گفتگو کنید. در برخی موارد، اگر دندان ها کج یا غیر یکدست باشند، شما باید قبل از لمینت ، از بریس استفاده کنید تا بعد از سپری شدن دوره مورد نیاز، دندانپزشک بتواند بر روی دندان های شما، لمینت قرار دهد.

دندانپزشک اغلب در این مرحله برای ارزیابی کردن دندان ها و سلامت آنها، عکس اشعه X از دندان های شما می گیرد. او وجود علائم مربوط به پوسیدگی دندان ها، بیماری لثه ها، یا نیاز به ایجاد کانال های ریشه را مورد ارزیابی قرار می دهد. اگر یکی از این موقعیت ها در شما وجود داشته باشد، داوطلب خوبی برای لمینت دندان نبوده و باید قبل از بهره مندی آن به رفع این مشکلات اقدام نمایید.

برای به دست آوردن اندازه دقیق لمینت، در قرار ملاقات بعدی، دندانپزشک شما، در حدود نیم میلی متر از دندان ها را با استفاده از ابزار مخصوص برمی دارد. البته در واقع مینای دندان، برداشته می شود. این کار قبل از قالب گیری دندان های شما انجام می پذیرد. سپس قالب برای درست کردن لمینت های سفارشی متناسب با سایز دندان های شما به لابراتوار فرستاده می شود.

## علائمی که نشان می دهند لمینت دندان باید عوض یا ترمیم شود:

به این مسئله اشاره کردیم که عمر متوسط لمینت های دندان ، حدود 10 سال می باشد و با رعایت یکسری نکات ، طول عمر آن می تواند به 20 سال هم برسد. حالا مسئله این است که از کجا بفهمیم لمینت ما باید عوض شود؟! در صورت مشاهده هر یک از علائم زیر ، فوراً جهت تعویض روکش های اقدام کنید:

هر چند لمینت های سرامیکی ، مقاومت بالایی دارند اما چنانچه تحت فشار بیش از حد قرار بگیرد ، آسیب می بیند. اگر روکش سرامیکی شما دچار ترک خوردگی ، شکستگی یا ساییدگی شود نیاز دارد که با یک روکش جدید جایگزین گردد.

اگر لمینت سالم بوده اما دندان قرار گرفته در زیر آن خراب یا پوسیده شده باشد ، باعث جدا شدن روکش می شود. در این شرایط باید لمینت دندان را برداشته ، مشکل دندان برطرف شود و بعد از آن در صورت نیاز و تمایل ، می توان مجدد پروسه زیبایی مذکور را به انجام رساند.

اگر بهداشت دهان را به درستی به انجام نرسانید ، در پی آن ممکن است بیماری های لثه نمود پیدا کنند و منجر به جدایی لمینت از لثه شوند. دقت داشته باشید ، به همان اندازه که به سلامت دندان های طبیعی تان اهمیت می دهید ، بایستی در حفظ و نگهداری روکش ها نیز کوشا باشید. وجود بیماری های پرپودنتال باعث پوسیدگی و تخریب لثه ها شده و منجر به ایجاد فاصله ای بین لثه و لمینت می شود. در این شرایط برای جلوگیری از پیشرفت بیماری ، بهتر است فوراً به درمان و ترمیم روکش بپردازید.

در صورتی که از همان ابتدا لمینت هایی نامناسب با فرم ردیف های دندانی فرد مورد استفاده قرار گیرد ، به سبب عدم جایگذاری صحیح و فیکس نشدن آن ، درد نسبی نمود پیدا می کند. بدین نحو لمینت باید خارج گردد ، قالب گیری مجددی انجام شده و روکشی مناسب با فرم دندان های فرد تهیه شود.

چنانچه روکش های سرامیکی به درستی بر روی دندان اتصال نیابند ، در زمانی کوتاه از محل جدا شده و مجدد باید برای اتصال آن به دندان پزشک مراجعه شود.

The Secret of Surgery

## پروسه تعویض لمینت دندان

وقتی زمان عوض کردن لمینت های دندان فرا رسید ، بایستی به دندانپزشک زیبایی مراجعه کنید. این پروسه مشابه فرایندی است که برای بار اول دندان هایتان را لمینت کردید. بدین ترتیب بعد از برداشته شدن قالب لمینت ، دندانپزشک کمی از سطح مینای دندان را بر می دارد تا روکش به خوبی به دندان متصل شود. دقت داشته باشید که در صورت وجود عارضه یا بیماری مربوط به دهان ، دندان و لثه ها ، پیش از قرارگیری مجدد روکش ، در وهله اول این موارد باید برطرف شوند. بعد از بهبودی کامل ، می توانید دوباره به دندانپزشک مراجعه نمایید و بعد از تایید ایشان پروسه لمینت دندان را ادامه دهید. همچون دفعه اول ، قالب گیری دندان ها انجام و به آزمایشگاه دندانپزشکی فرستاده می شود. بعد از آماده سازی ، لمینت به دندان اتصال می یابد.

## خطرات لمینت دندان

نقاط ضعف لمینت به شرح زیر می باشد:

- بالاتر بودن هزینه لمینت در مقایسه با باندینگ رزین کامپوزیت

- ناممکن بودن قابلیت ترمیم لمینت در صورت پریدن یا ترک برداشتن لمینت در اکثر موارد
- حساس شدن دندان ها به نوشیدنی های و غذاهای گرم و سرد به دلیل برداشته شدن مینای دندان
- ناهماهنگ بودن رنگ دندان لمینت شده با دندان های طبیعی، زمانی که لمینت بر روی دندان ها قرار داده می شود، تغییر رنگ دادن دندان ها ناممکن خواهد بود. اگر می خواهید دندان های خود را سفید کنید، باید قبل از لمینت کردن دندان های خود را سفید کنید.
- در موارد بسیار نادر، ممکن است لمینت از جا در آمده و بیافتد. برای به حداقل رساندن میزان وقوع چنین موقعیتی، از جویدن ناخن، مداد، یخ، و دیگر اشیاء سخت و وارد آوردن فشار به لمینت ها خودداری کنید.
- دندان هایی که دارای لمینت هستند نیز می توانند دچار پوسیدگی شوند. در این حالت پوشش دادن دندان به طور کامل با استفاده از یک تاج، الزامی می باشد.

## طول عمر لمینت دندان چقدر است؟

لمینت معمولاً بین 7 تا 15 سال ماندگار می باشد. بعد از این مدت، تعویض لمینت دندان الزامی می باشد.

### جایگزین های لمینت دندان

جایگزین های این تکنیک شامل باندینگ و تاج ها می باشند. لمینت دندان گزینه ای است که جایگاه آن در میان این دو گزینه واقع شده است. اگر می خواهید شکل دندان های خود را به میزان اندکی تغییر دهید، باندینگ گزینه پیشنهادی می باشد، ولی برای تحقق این هدف، تاج گزینه مناسبی محسوب نمی شود.

### مراقبت های بعد از لمینت دندان

اکنون که لمینت بر روی دندان های شما گذاشته شده است، شما علیرغم بهره مندی از به روز ترین تکنیک ها و بهترین مواد، باید بدانید که دنبال کردن دستورالعمل ها و آگاهی داشتن از اطلاعات درباره مراقبت های بعد از درمان، بخشی اجتناب ناپذیر در روند درمانی شما محسوب می شود.



دستورالعمل هایی که باید بعد از لمینت دندان به آنها اهتمام داشته و به خوبی رعایت کنید، در زیر برای شما گردآوری شده است.

جویدن: مثل دندان های طبیعی خود، از جویدن غذاهای بسیار سفت با دندان های لمینت شده نیز خودداری کنید. برخی از این غذاها، شامل شکلات، یخ، هویج خام، استخوان، و غیره می باشد. در صورت جویدن غذاهایی از این قبیل، احتمال شکستگی لمینت در زیر وارد آمدن فشار بسیار زیاد، وجود خواهد داشت.

تداوم و استمرار مراقبت: برای انجام آزمایشات لازم، و چک آپ ها طبق برنامه مقرر شده از سوی دندانپزشک خود، به طور مرتب، هر شش ماه یک بار در دوره های مربوطه برای آزمایش شدن لمینت های خود به پزشک تان مراجعه کنید. اغلب مشکلاتی که ممکن است در لمینت شما پدیدار شود، در مراحل اولیه شناسایی شده و به راحتی قابل ترمیم و درمان می باشد، ولی اگر زمان طولانی سپری شود و این مشکل، مورد بی توجهی قرار گیرد، درمان و رفع آن نیز با پیچیدگی بیشتری روبرو خواهد شد. بنابراین در هنگام فرا رسیدن زمان چک آپ، حتماً طبق برنامه زمانبندی شده عمل نمایید.

روندهای پیشگیرانه : برای دست یابی به بیشترین ماندگاری از لمینت دندان ، و پیشگیری از بروز پوسیدگی دندان و مراقبت و پشتیبانی از تخریب بافت، لطفاً روندهای پیشگیرانه زیر را با دقت دنبال کنید:

- با خمیر دندان های حاوی فلوراید، دندان هایتان را مسواک کرده و بعد از غذا خوردن و قبل از خواب، دندان ها را نخ دندان بزنید.
- با محلول حاوی فلوراید حداقل به مدت 30 ثانیه بر یک مبنای روزانه، داخل دهان را شستشو دهید. بهترین زمان بلافاصله قبل از خواب شبانه می باشد.
- قرار دادن محافظ برای مراقبت از دندان ها در طول شب را فراموش نکنید. این کار باعث جلوگیری از ساییدن دندان ها به یکدیگر می شود.

آینده : انتظار بر این است که در صورت رعایت صحیح از لمینت های دندان خود، بتوانید برای سال های طولانی از آنها استفاده کنید. البته وقوع برخی از موقعیت های زیر، البته به صورت هر از چند گاهی، دور از انتظار نمی باشد. در صورت وقوع آنها، بازبانی یا تعویض لمینت الزامی خواهد بود.

الف . وارد آمدن یک فشار خارجی و آسیب دیدگی لمینت می تواند باعث شکستگی لمینت دندان درست مثل زمان وارد آمدن فشار و شکسته شدن دندان های طبیعی شود. در هنگام انجام فعالیت های ورزشی برخوردی و شرکت در موقعیت های دیگری که احتمال وارد آمدن فشار و ضربه شدید و آسیب دیدن لمینت های وجود داشته باشد، دقت و مراقبت لازم را به کار ببندید. چیزهای بسیار سفت را با دندان گاز نگیرید. شکستگی لمینت معمولاً به ساخت مجدد و در واقع تعویض شدن آن نیاز دارد، ولی در برخی موارد نیز قابل تعمیر بوده و تعویض مورد نیاز نمی باشد.

ب . بعد از چند سال، در برخی بخش های لمینت در اطراف لبه ها، لکه هایی پدیدار می شوند. لطفاً در صورت وقوع چنین حالتی پزشک خود را در جریان امر قرار دهید. معمولاً این مشکل با اجرای تکنیک هایی قابل ترمیم می باشد.

پ . لثه ها گاهی در مقایسه با موقعیت لمینت ها، اندکی عقب نشینی کرده و ساختار تغییر رنگ داده شده دندان های زیر لمینت، تا حدودی، بیرون زده شده و نمایان می شوند. این اتفاق اغلب در طول چندین سال اتفاق می افتد و در این شرایط، تعویض لمینت الزامی می باشد.

پزشک تمام تلاش خود را می کند تا لمینت هایی با بهترین کیفیت را که در حال حاضر موجود می باشد برای بازیابی دندان های شما مورد استفاده قرار دهد تا سطح بروز مشکلات و عوارض جانبی به حداقل میزان خود رسیده و شما بتوانید برای سال های طولانی، از دندان های لمینت شده و زیبای خود لذت ببرید.

## کدام لمینت دندان بهتر است؟ سرامیکی یا کامپوزیت؟

به لحاظ طول عمر و ماندگاری باید گفت که لمینت سرامیکی از کامپوزیت بهتر هستند و متعاقباً هزینه آن نیز بیشتر خواهد بود. علاوه بر آن مقاومت جنس سرامیک لمینت بسیار بالاتر می باشد. برای قرار دادن لمینت سرامیکی ، برخلاف لمینت کامپوزیت ، کمی از مینای سطح دندان تراشیده می شود. در کل انواع لمینت دندان ، هر کدام مزایا و معایبی دارند. به همین خاطر تشخیص آن که کدام یکی بهتر است ، برعهده دندان پزشک می باشد. او با انجام معاینات و بررسی وضعیت دندان و دهان هر فرد ، می تواند بهترین گزینه را برای او انتخاب نماید.

## آیا می توان فقط یک یا چند دندان را لمینت کرد یا باید همه دندان ها لمینت شوند؟

برای هر دندان یک روکش لمینت دندان تهیه می شود. بنابراین براساس خواسته فرد و وضعیت دندان های او ، می تواند همه دندان ها یا هر تعدادی که مد نظرش است را لمینت کند. یک راه برای آن که تشخیص دهد چند تا از دندان هایتان به لمینت نیاز دارند این است که رو بروی آینه بایستید و لبخند بزنید. آن دندان هایی که هنگام لبخند زدن نمایان می شوند ، همان تعدادی است که به روکش لمینت نیازمند هستند.

## علت تغییر رنگ حاشیه پایینی لمینت چیست؟

به مرور زمان تغییر رنگ لبه های لمینت محتمل است که البته به مواردی همچون مصرف مواد خوراکی رنگ دانه دار بسیار بستگی دارد. اگر بعد از لمینت دندان ها نوشیدنی هایی مثل قهوه و چای و دخانیاتی همچون سیگار و قلیان به وفور مصرف شوند ، کوجب تغییر رنگ آن می شوند. هر چه مصرف این موارد کمتر شود ، احتمال رنگ پذیری روکش نیز پایین می آید. لازم به ذکر است که لمینت های از جنس سرامیک به نسبت کامپوزیت ها کمتر رنگ را به خود می گیرند.

## پوسیدگی دندان لمینت شده و جدا شدن لمینت از دندان

از جمله پر تکرارترین سوالات مراجعه کنندگان در حیطه این موضوعات می باشد که آیا لمینت باعث پوسیدگی دندان می شود یا احتمال وقوع این امر چقدر است. همچنین آیا ممکن از روکش از دندان جدا شود؟ در جواب این پرسش ها باید گفت چنانچه به یک دندانپزشک متخصص و با تجربه در این زمینه مراجعه نمایید احتمال جدا شدن روکش از دندان بسیار کاهش می یابد؛ زیرا ایشان با دقت بالا لمینت دندان را قالب گیری کرده و بر روی دندان می چسباند. در ارتباط با پوسیدگی نیز باید متذکر شد که احتمال پوسیده یا لب پر شدن آن کمتر از احتمال وقوع این خطرات برای دندان طبیعی نیست. بنابراین بعد از لمینت نیز باید بهداشت دهان و دندان را بسیار جدی بگیرید تا از مانع صدمه دیدن روکش های سرامیکی یا کامپوزیت شوید.

## اگر دندان هایمان کج باشد ، می توانیم آن ها را لمینت کنیم؟

پیش از اقدام برای لمینت کردن ، دندانپزشک ، وضعیت دندان ها را ارزیابی می کند. پس از آن تصمیم گیری می نماید که آیا قبل از لمینت نیازی به ارتودنسی هست یا خیر. اگر کجی و نامنظمی دندان ها شدید باشد ، بایستی ابتدا ارتودنسی انجام پذیرد تا دندان ها در شرایط مطلوبی قرار گیرند و قالب لمینت به درستی بر روی آن ها اتصال یابد. دقت داشته باشید که لمینت جایگزینی برای روند ارتودنسی نیست.

## چه زمانی باید لمینت دندان را تعویض کنید؟

به طور میانگین لمینت های متوانند تا 10 سال ماندگاری داشته باشند. اما اگر مراقبت های ذکر شده به طور کامل و دقیق رعایت شوند ، طول عمر آن ها می تواند به یک بازه 20 ساله نیز مبدل شود. در هر حال اگر طی این مدت یکی از صدمات زیر به لمینت وارد گردد ، بهتر است جهت تعویض آن اقدام کنید:

در صورتی که روکش لمینت دچار فرسودگی یا ترک خوردگی شده باشد.

اگر که دندان طبیعی زیر لمینت دندان به هر دلیل پوسیده شده باشد.

چنانچه بخاطر عدم رعایت نکات بهداشتی ، بیماری لثه بروز پیدا کرده باشد و لمینت از محل خود جا به جا شود.

در شرایطی که سایز لمینت با سایز دندان هایتان مطابق نباشد.

## لمینت دندان متحرک

شاید اسم لمینت دندان متحرک به گوش شما نیز آشنا باشد ؛ اما چقدر راجع به آن اطلاعات دارید؟ این بخش از راز جراحی را می خواهیم به این مورد اختصاص دهیم و ببینیم نسبت به لمینت های دائم و ثابت مزیتی دارند یا خیر. برخی از افراد ممکن است تمایلی به انجام لمینت دائم نداشته باشند یا هنوز مطمئن نیستند که از نتیجه نهایی آن خوششان خواهد آمد یا خیر ؛ در این شرایط لمینت دندان متحرک می تواند یک گزینه خوب برای آنان باشد. به این لمینت ها ، ونیر اسنپ – آن (snap-on veneers) هم می گویند. تفاوت های لمینت دائمی دندان با لمینت متحرک ، پروسه اتصال و البته هزینه پرداختی بابت هر یک از آنان است. لمینت های ثابت دندان طی چند جلسه مراجعه به دندان پزشک و قالب گیری به انجام می رسد و هزینه ای که بابت آن پرداخت می شود ، تا حدی زیاد است. در طرف دیگر لمینت دندان متحرک ، نیازی به چندین ویزیت دندانپزشکی نداشته و به مراتب هزینه کمتری را شامل می شود ؛ منتها استفاده از آن به اجازه دندانپزشک نیازمند است.

با قرارگیری روکش های متحرک ، مشکلات ظاهری دندان پنهان می شوند و ظاهر لبخند تا حد زیادی بهبود پیدا می کند. همچنین شما هر وقت که دلتان بخواهد می توانید آن را از روی دندان هایتان بردارید و بعداً مجدد استفاده کنید. لمینت های متحرک دندان در دو نوع در دسترس می باشند:

- لمینت های متحرک پیش ساخته
- لمینت های متحرک سفارشی

منظور از نوع پیش ساخته این است که نمونه ها آماده بوده و بدون قالب گیری از فرد متقاضی ساخته شده اند. اغلب این نوع از لمینت های متحرک ارزان هستند و البته مقاومت پایینی دارند. در طرف دیگر ، لمینت های متحرک سفارشی در لابراتوار و مطابق با قالب دندان های شما آماده می شوند که البته گران ترین می باشند.

این نکته را به ذهن بسپارید که تا به الان هنوز مطالعات و تحقیقات کافی در راستای ایمن و موثر بودن استفاده از لمینت های دندان متحرک به انجام نرسیده است. ممکن است در نظر اول این گونه به نظر رسد که این پروسه خوب و مقرون به صرفه است ؛ یعنی با کمترین هزینه مشکلات ظاهری دندان حل شده و لبخند ما زیباتر می شود. همچنین هر زمان هم که خواستیم ، می توانیم از آن استفاده نکنیم. اما مطمئناً محدودیت هایی را نیز شامل می شود ؛ مثلاً مقاومت آن نسبت به جویدن غذا و لکه پذیری ، در قیاس با لمینت های دائمی چقدر است ؟ یا اینکه نتیجه بدست آمده از آن ، مثل لمینت های سرامیکی ثابت ، طبیعی می باشد یا اینکه چهره و لبخند را مصنوعی می کند؟ این موارد همگی با انجام تحقیقات بیشتر مشخص خواهند شد و در آن موقع میتوان نظر بهتر و قطعی تری راجع به لمینت های متحرک دندان ارائه داد. در هر شرایطی بهترین کار این است که با یک دندانپزشک زیبایی خوب مشورت کنید و اجازه دهید ایشان با توجه به علم و تجربه خود مناسب ترین تصمیم را برای شما بگیرد.

## هزینه لمینت دندان

قیمت لمینت دندان به فاکتورهای مختلفی از قبیل نوع لمینتی که انتخاب می کنید، نام برند منتخب شما، و تجربه جراح دندانپزشک تان وابسته است. اما به این نکته توجه داشته باشید صرفاً به خاطر هزینه لمینت دندان به دندانپزشکی های ارزان مراجعه نکنید و ابتدا درباره آن دندانپزشک و نوع لمینتی که استفاده می کند تحقیق کنید.

## سوالات متداول لمینت دندان

### • آیا می توان لمینت ها را از روی دندان برداشت ؟

این امر بسته به تغییراتی دارد که حین اتصال ونیر به دندان به انجام می رسند. اگر برای اتصال ، مینای دندان تراش داده شود ، نمی توان ونیر را از روی دندان برداشت و تنها در صورت نیاز می توان آن را تعویض کرد. اما در صورتی که مینای دندان تراشیده نشده باشد یا تراش آن بسیار جزئی باشد ، این امکان وجود دارد که لمینت از روی دندان ها برداشته شوند.

### • چند تا از دندان ها را می توان لمینت کرد ؟

تعداد دندان هایی که هنگام خندیدن مشخص می گردند ، باید لمینت شوند. این تعداد غالباً بین 8 تا 10 دندان است.

### • چه تفاوتی هایی میان لمینت یا روکش دندان وجود دارند ؟

برای قرار دادن روکش بر روی دندان ، مینای دندان حدود 2 میلی متر باید تراشیدن بشود حال آن که برای اتصال ونیر نهایتاً 0.5 یا 1 میلی متر از مینای دندان برداشته می شود ؛ حتی گاهی اوقات امکان دارد هیچگونه تراشیدگی انجام نشود. نمای حاصل از لمینت دندان در قیاس با روکش ، جلوه طبیعی تری دارد. در خصوص ماندگاری نیز باید گفت لمینت حدود 10 تا 20 سال می توانند سالم باقی بمانند اما روکش های دندان بین 15 سال.



• چطوری می توانیم رنگ لمینت را انتخاب کنیم؟

ونیرهای لمینت از طیف وسیعی از رنگ ها برخوردارند که برای هر فرد با توجه جنسیت ، سن ، رنگ پوست و نیز خواسته سلیقه او انتخاب می شود. به طور کلی این انتخاب رنگ می تواند کاملاً سلیقه ای باشد و فرد بخواهد سفیدترین رنگ ممکن را انتخاب نماید. اما برای اینکه نتیجه حاصل طبیعی تر باشد باید یک سری موارد برای انتخاب رنگ لمینت دندان مد نظر قرار بگیرند. به طور مثال حتما رنگ پوست صورتتان را در نظر داشته باشید ؛ اگر پوست گندمی ، سبزه یا تیره ای دارید رنگ خیلی روشن و سفید صدفی برای شما مناسب نخواهد بود.

