



Du tar en drink av iste, bita ner på en chokladkaka, eller sörpla lite varm soppa och den elektriska svidande känslan i en eller flera av dina tänder skickar flyger ur din plats. Har du känsliga tänder, en ganska mild namn för vad kan vara ett vilt obehagligt tillstånd. Den kliniska termen för känsliga tänder är dentin överkänslighet. Det kan uppstå av många anledningar, men om känsligheten är extrema eller kontinuerlig, bör du rådgöra med din tandläkare. Den underliggande orsaken kan vara relaterade till nervproblem som påverkar tänderna eller kan bero på dålig munhygien resulterar i vikande tandkött eller tandköttssjukdomar. Bakterier inom plack och tandsten kan spela en viktig roll i orsakar tandkött avta, så användning av en bra antibakteriella munvatten kan vara till hjälp. Också använda en fluor skölj med en hög koncentration av fluor för att skydda mot plack byggs upp.

Vad orsakar känsliga

tänder

Varje tand har nerver av den. Dessa nerver skyddas normalt av emalj eller härdade lager av vävnad som rockar på utsidan av varje tand. Vägen där tandköttet överlappning varje tand bidrar också till att hålla dental nerverna isolerade från munnen. Tand känslighet för värme uppstår när emaljen eller tandköttet skadas, så att de nerver som de normalt skyddar för att bli utsatt.

Tänder känsliga för kyla

Rötterna, som inte omfattas av hårda emalj, innehålla tusentals små tubuli leder till tandens nerv centrum. Dessa erbjuder tubuli tillåta stimuli, exempelvis den varm, kall eller söt mat, att nå nerven i tanden, vilket resulterar i smärta du känner. Många människor lider av känsliga tänder. Med känsliga tänder kan betyda en hel del obehag, ibland på en daglig basis. Obehag kan vara sporadisk eller konstant hela dagen. Medan det oftast kommer och går, det är ofta direkt relaterad till vissa trigger, som varm eller kall mat och dryck eller tryck som tänderna. Tand känslighet för värme uppstår när de strukturer som normalt skyddar att tandens inre nerver blir slitna bort, knäckt eller annars misslyckas att utföra ordentligt. Skador på dessa skyddande strukturer kan resultera från karies, från

slipning tänder eller borsta dem för hårt, eller från tandköttproblem. Lyckligtvis, det finns flera behandlingsalternativ som kan minska tand känslighet för värme. Slitna eller spruckna emalj är ofta skulden för tand känslighet för värme.

Kantstötta eller trasiga tänder kan fylla med bakterier från plack och ange massa orsakar Inflammation. Borstar för hårt. Över tiden, kan borstar för hårt eller med en hård pensel tandborste bära ner emalj och orsaka dentin exponeras. Det kan också orsaka recession i tandköttet. Slipning eller bet tänderna kan orsaka sprickor som penetrerar tandens yta, att skapa en väg till nerverna. På samma sätt kan karies leda till sprickor eller hål i tandens yta. Tand känslighet för värme kan också uppstå när tandköttet inte överlappar varandra tänderna ordentligt, oftast på grund av sjukdomar i tandköttet.

Inflammerad och ömma tandköttet kan orsaka känslighet på grund av förlusten av stödjande ligament, som exponerar rotytan som leder direkt till nerven i tanden. I allmänhet är bara de synliga områdena av en tand täckta med emalj, medan dess rötter är täckta med en tunnare, mer poröst ämne som kallas dentin. Tandköttet fungera normalt som en barriär som isolerar de tänderna rötter

från resten av munnen. När tandköttet orsakar tandkött avta, dock kan dentinen bli exponerade. Varm mat och dryck som gör kontakt med detta utsatta dentin kan enkelt förvärta nerverna därunder. Regelbunden konsumtion av livsmedel med en hög syra innehåll, till exempel citrusfrukter, tomater, pickles och te, kan orsaka emalj erosion.

Hem rättsmedel för känsliga tänder

Den goda nyheten är att det finns saker du kan göra för att hantera obehag och skydda tänderna. Kit finns för personer med känsliga tänder, som erbjuder tandkräm och andra hygienprodukter som utformats särskilt för känslighet problem.

Bästa tandkräm för känsliga tänder

En tandkräm för känsliga tänder generellt inkluderar en agent för att dämpa smärta vid rötterna. Använd okänsliggöra tandkräm. Det finns flera märken av tandkräm för känsliga tänder. Med regelbunden användning bör du märka en minskning i känslighet. Du kan behöva prova flera olika märken för att hitta den produkt som passar dig bäst. Sprida ett tunt lager av tandkräm på exponerade tand rötter med fingret eller en Q-tip innan du går till sängs. Inte använda en tandsten kon-

troll tandkräm, snarare, använda en fluoriderat tandkräm.

Ett kit kan också leverera en mjuk tandborste eller en mild elektrisk tandborste som hjälper dig att undvika borstar för hårt. Borsta alltför ihärdigt kan skada tänder, så noga med att borsta försiktigt är ett viktigt steg. Prova en fluor skölj. Fluor sköljningar, tillgängliga utan recept på ditt lokala apotek eller i avsnittet dental i dagligvaruhandeln, kan bidra till att minska känslighet, särskilt för människor plågas av förfall problem. Använda det en gång om dagen. Swish runt i munnen och sedan spotta ut. Ytterligare ett steg du kan vidta för att skydda känsliga tänder och begränsa smärta är att undvika livsmedel och drycker med hög surhetsgrad. De största bovorna är läsk och te, samt olika citrusfrukter eller livsmedel och drycker med höga koncentrationer av citronsyra. För att förhindra att känsliga tänder, undvika dessa objekt eller omedelbart rengöra tänderna efter konsumera dem, snarare än att låta syror att sitta på dina tänder.

Behandling för känsliga tänder

Under en undersökning kommer att tandläkaren prata med dig om dina symtom. De kommer att titta på dina tänder att ta reda på vad som orsakar

känslighet och hitta det bästa sättet att behandla den. Tandläkaren kan behandla drabbade tänderna med särskilda de allergiframkallande produkter för att lindra symtomen. Fluor geler, sköljningar eller lacker kan tillämpas på känsliga tänder. Dessa kan målas på tänderna vid regelbundna möten en eller två veckor, för att bygga upp något skydd. Känsligheten kan ta lite tid att lösa, och du kan behöva ha flera avtalade tider. Om detta ändå inte hjälper, kan din tandläkare försegla eller fylla runt halsen på tanden, där tanden och tandkött möts, för att täcka exponerade dentinet. En tandbehandling som återställer skadad emalj kan också vara till hjälp. I fall av måttlig till svår tand känslighet för värme, dock hitta lättnad kan vara möjligt endast med en fyllning, en reparativ tuggummi behandling eller en rotfyllning. Om du prova allt men fortfarande lider av känsliga tänder, fråga din tandläkare om andra behandlingsalternativ. Han eller hon kan gälla ett ämne direkt till rötterna att mildra din smärta eller tillämpa Receptbelagda styrka fluor behandlingar. Han eller hon får också besluta att limma tänderna för att skydda porösa ytor från skador eller från penetration av livsmedel och bakterier.