

# دليل الام للتسنين



السبت 18 فبراير 2017 11:02 م

قد يكون التسنين كابوس لك ولابنك فهو مؤلم جدا لابنك وربما يسبب له طفحا جليا أو زيادة خفيفة في درجة حرارته فيصبح عصبيًا سريع الغضب يبكي باستمرار ولا ينام، وبالتالي لن تنامي أنت أيضا ولكن ليس كل الرضع يتعرضون للألم أثناء فترة التسنين، وفي هذه الحالة ستكونين محظوظة

## علامات التسنين:

بالطبع هناك علامات تعرفين بها عندما يبدأ ابنك في التسنين، ومعرفتها بالتأكد تسهل من العملية بعض الشيء أشهر هذه العلامات:

زيادة الترييل -والكحة في بعض الحالات- وذلك بسبب زيادة اللعب  
يبدأ طفلك في عض كل شيء وأي شيء  
في بعض الأوقات يرفض الأكل لإحساسه بالألم ويصبح عصبيًا  
يحك ذقنه باستمرار ويشد أذنيه  
تحدث له بعض أعراض مشابهة للبرد

إذا، متى يبدأ كابوس التسنين؟  
تبدأ هذه العملية من سن ٣ شهور وحتى ٣ سنوات ولكن لا تقلقي ليست كلها مؤلمة

من سن ٤ إلى ٧ شهور سوف يظهر السنان الأماميان في الفك السفلي ثم يتبعهما السنان الأماميان من الفك العلوي في خلال ٤ إلى ٨ أسابيع

ما بين سن ٧ إلى ٩ شهور سوف يظهر سنان علويان وآخرين سلفيان  
سيزداد الألم ما بين سن ١٠ إلى ١٤ شهر عندما تبدأ أولى الأضراس في الظهور في الغالب تكون هذه الأضراس هي الأكثر ألما لابنك نظرا لطبيعة حجمها وشكلها  
من سن ١٥ إلى ١٨ شهر سوف تظهر الأنياب  
وفي النهاية من سن سنتين وحتى ثلاثة سنوات سوف تكتمل بقية الأضراس .

وبهذا يحصل ابنك على أسنانه اللبنية وهي أقل عددا من أسنان البالغين ب ١٢ سنًا من المهم أن تعرفي أن هذا هو النظام المعتاد في مراحل التسنين ولكن لا تقلقي من أي تأخير بسيط، ففي النهاية سيحصل ابنك على أسنانه اللبنية كاملة بعض الرضع قد تظهر لهم أسنان من الأسبوع الأول وهو أمر لا يدعو للقلق أما إذا حدث تأخر ملحوظ بشكل كبير، استشيري الطبيب

كيف يمكنك مساعدة هذه ابنك علي تحمل كابوس التسنين؟

اعطيه عضاضة أو لعبة مطاطية، أو قطعة قماش نظيفة أو حتى اصبعك المهم أن يكون ما تعطينه نظيفا وكبير كفاية ألا يتلعه  
يمكنك أيضا أن تعطيه فواكه مهروسة أو زبادي، أو زجاجة باردة من الماء حسب ما يفضله ابنك سوف يحبك ابنك بعض الشيء ولن تجدين بسهولة ما قد يريحه من الألم الذي يشعر به، المهم أن تستمري حتى تجدين أفضل حل وإن لم تجدي أي حل، استشيري طبيبا ليعطيك دواء أو جل للألم التسنين

قومي باستمرار بالمسح على وجه ابنك بمنديل مبلل لإزالة اللعاب الذي يسيل منه حتى تتجنبين حدوث طفح جلدي وحاولي أيضا أن تدلكي اللثة بأصبعك باستمرار لتخففي من الألم الذي يشعر به

## العناية بالأسنان:

لا تهملّي أبدا العناية بأسنان ابنك في هذه المرحلة، لا تقولي أنها أسنان مؤقتة سوف تسقط عندما يكبر قليلا الحقيقة أنه إذا حدث تسوس أسنان ربما تحدث فجوة بين الأسنان وبعضها فتنجمع تلك الأسنان لتملأ الفجوة

تأكدي أن ابنك لا ينام وفي فمه زجاجة لبن أو عصير حتى تتجنبي تسوس الأسنان نظفي لثة ابنك يوميا بقماشة نظيفة رطبة

بمجرد ظهور الأسنان ، اغسليهم مرتين يوميا بالمياه فقط يمكنك استخدام معجون الأسنان عندما يكون ابنك كبيرًا بشكل كافي ليستطيع بصق المعجون وعدم ابتلاعه تجنبني تماما استخدام معجون الأسنان قبل بلوغه سنتين على الأقل- اشترى فرشاة أسنان ذات شكل جميل، من لون ابنك المفضل ومرسوم عليها شخصية كرتونية يحبها مثلا حتى يجب الفرشاة ويتشجع على استخدامها