اپنے دانتوں کو سفید رکھنے کا ہمیشہ کوئی طریقہ ہوتا ہے

کیا آپ نے کبھی سفید موتی جیسے دانت رکھنے کے بارے میں سوچا ہے؟

مختلف رنگ اور داغ

زرد- بھورے سے نیلے- سرمئی

سبب:
اگر آپ دانت بڑھنے کے دوران کسی مخصوص مدت میں ٹیٹر اسائیکلین جو ایک قسم کی اینٹی بائیوٹکس ہے، کا استعمال کیا ہے تو اس کے بعد آپ کے دانتوں کا رنگ پیلے-بھورے سے نیلے-سرمئی ہو جائے گا۔

علاج:
دانتوں کا ڈاکٹر آپ کے منہ کی حالت کے مطابق مناسب علاج کرانے کا مشورہ دے سکتا ہے۔

1. دانتوں کی سفید کاری

سفید کاری سے پہلے

سفید کاری کے بعد

- گھر پر دانتوں کی سفید کاری:

دانتوں کا ڈاکٹر آپ کے دانتوں کے ماڈل کا ایک سیٹ بنانے کے لیے تصویر لیتا ہے۔ ڈاکٹر دانتوں کی لیبارٹری میں دانتوں کو سفید کرنے والی ایک ٹرے بناتا ہے۔ آپ کو سفیدی کے محلول سے اس ٹرے کو بھرنا ہوتا ہے اور رات بھر اپنے دانتوں پر چڑھا کر رکھنا ہوتا ہے۔ اس کے علاوہ آپ کو دانتوں کے ڈاکٹر کی ہدایات کے مطابق اس ٹرے کو ہر رات پہننا ہوتا ہے اور شیڈول کے مطابق مقررہ فالو اپ ملاقاتوں پر ڈینٹسٹ کو واپس کرنا ہوتا ہے۔

- پیشہ ورانہ سفید کاری:

ڈاکٹر دانتوں کو سفید کرنے کے لیے ایک تیز روشنی کا استعمال کر کے دانتوں کو سفید کرنے والی جیل لگاتا ہے۔ دانتوں کی سفید کاری سے دانت ایک خاص مدت تک سفید رہتے ہیں اور یہ مدت انفرادی طور پر ہر ایک شخص کے لیے مختلف ہوتی ہے۔ اس لیے آپ کو اپنے دانت سفید رکھنے کے لیے بار بار اس علاج کی ضرورت پڑ سکتی ہے۔

2. ملمع سازی

دانتوں کے ڈاکٹر دانتوں کے اوپر والی سطح پر چینی مٹی کا لیپ چڑھا دیتے ہیں۔

ملمع سازی کے بعد

ملمع سازی سے پہلے

سرمئی سیاہ دانت

سبب 1:

دانت بے جان ہے (مردہ)

اگر دانتوں کی تکلیف یا دانتوں کے کھوکھلے پن کی وجہ سے دانت مردہ ہو جائے تو مردہ دانت سے نکلنے والا مواد یعنی پلپ دنت چینی یا دنتین کے سانچے میں داخل ہو جاتا ہے اور دانت سرمئی رنگ سے سیاہ ہو جاتا ہے۔

روٹ کینال تھراپی کے بعد

دانت مردہ ہے

علاج:

اگر دانت مردہ ہے تو اس کے لیے روٹ کینال تھراپی کی ضرورت ہو گی۔ اگر دانت اس تھراپی کے بعد بھی سرمئی سیاہ ہے تو دانتوں کا ڈاکٹر آپ کو پلپ کی سفیدی، ملمع سازی یا کراؤن چڑھانے کا مشورہ دے سکتا ہے۔

سبب II:

دانت خراب ہو جاتا ہے

علاج:

دانتوں کا ڈاکٹر اس دانت کے متاثرہ حصے کو کاٹ دیتا ہے اور پھر باقی دانت کو بحال کر دیتا ہے۔

فلنگ کے بعد

کیڑا لگے دانت

دانتوں میں پیلے بھورے گڑھے

سبب:

اگر دودھ کے دانت اتنے کھوکھلے ہو جائیں کہ اس کا گودا یا پلپ صاف نظر آنے لگے تو بیکٹیریا دانت کے سرے کے ذریعے اس کے ارد گرد آنے والے مستقل دانت کے لیے انفیکشن کا باعث بنے گا۔ یہ مستقل دانت کی سفیدی یا انیمل کے فروغ کو متاثر کرتا ہے جس کے نتیجے میں بھورے پیلے یا سفید رنگ کے گڑھے بن جاتے ہیں۔

علاج:

1. جامع بحالی

دانت کی سطح کو صاف کرنے کے بعد دانت کو جامع رال کے ساتھ بحال کیا جاسکتا ہے جو دانت کے قدرتی رنگ سے ملتی ہے۔

2. ملمع سازی

دانتوں کے ڈاکٹر دانتوں کے اوپر والی سطح پر چینی مٹی کا لیپ چڑھا دیتے ہیں۔

دانت کی سطح پر بھورے۔ سیاہ داغ

سبب:

تمباکو نوشی یا گہرے رنگ کے مشروبات جیسے چائے یا کافی دانت کی سطحوں پرجذب ہونے کے نتیجے میں داغ بن جاتے ہیں۔

علاج:

1. پالش کرنا

دانتوں کا ڈاکٹر سیاہ داغوں کو صاف کرنے کے لیے پومیس پاؤڈر کا استعمال کرتا ہے اور پھر دانتوں کی سطحوں کو چمکانے کا پیسٹ استعمال کرتا ہے۔

کالے داغ ہٹا دیے گئے ہیں

2. پروفی جیٹ پالش

ہوا کو سوڈا پاؤڈر (سوڈیم ہائیڈروجن کاربونیٹ) اور پانی کے ساتھ ملایا جاتا ہے۔ پھر دانتوں کی سطح پر پڑنے والے داغوں کو ختم کرنے کے لیے ایک ہائی سپیڈ انجکشن کے ذریعے اس محلول کو داخل کیا جاتا ہے۔

بھورے۔ سیاہ داغ ختم کرنے کے بعد داغوں کو دوبارہ ہونے سے بچانے کے لیے
آپ کو تمباکو نوشی کو ترک کر کے اور گہرے رنگ کے مشروبات کم کر کے اپنی عادت کو تبدیل کرنا ہے۔

سبب:

دانت اچھی طرح سے صاف نہیں کیا جاتا اور جمع شدہ دانتوں کی میل میں بیکٹیریا یا فنگز ہوتا ہے جو رنگ پیدا کر سکتا ہے اور سبز اور زرد داغ بناتا ہے۔

علاج:

دانتوں کا ڈاکٹر جمع شدہ دانتوں کی میل اور داغوں کو ختم کرنے کے لیے سکیلنگ کرتا ہے۔

زرد داغ ہٹا دیے گئے ہیں

تھوڑے سے پیلے دانت

سبب:

چونکہ مستقل دانت کا رنگ تھوڑا سا شفاف ہوتا ہے، اس لیے تہہ کے نیچے چینی دانت کا پیلا رنگ اس میں سے دکھائی دیتا ہے۔ اس لیے مستقل دانت تھوڑے سے پیلے رنگ کے دکھائی دیتے ہیں۔ جیسے جیسے ہم بڑے ہوتے ہیں تو ہمارے دانت تیزی سے مضبوط ہوتے جاتے ہیں اور عام طور پر ہمارے دانت زیادہ زرد ہو جاتے ہیں۔

علاج:

اطمینان رکھیں کیونکہ پیلے دانت ہونا حسب معمول ہے اور یہ کوئی مسئلہ پیدا نہیں کرتے، اس لیے دانتوں کو سفید کرنے کے علاج کی ضرورت نہیں ہوتی۔

نتیجہ

دانتوں کا رنگ اور دانتوں کی سطح پر داغ دونوں ماحولیاتی عوامل کی وجہ سے ہوتے ہیں۔ اندرونی ماحولیاتی عوامل سے دانتوں کا رنگ خراب ہو جاتا ہے جبکہ بیرونی عوامل سے دانتوں کی سطحوں پر داغ پڑ جاتے ہیں۔

دانتوں کے خراب رنگ کے لیے علاج

درج ذیل کے لیے دانتوں کے ڈاکٹر سے مشورہ کریں:-

- دانتوں کی سفید کاری
- جمالیاتی بحالی

دانت کی سطحوں پر داغوں کی روک تھام

روز مرہ عادات پر توجہ دینا:-

- تمباکو نوشی کو چھوڑ دیں اور گہرے رنگ کے مشروبات لینے کی مقدار کم کر دیں
- ہر روز صبح اور رات کو سوتے وقت اپنے دانتوں کو صاف کریں اور دانتوں کی میل کو اچھی طرح صاف کرنے کے لیے خلال کا استعمال کریں