

## الإعتمادات الخاصة بالتغذية

مع استفحال الخرف تحدث تغيرات في خيارات الطعام الخاصة بالشخص وشهيته وقدرته على بلع الطعام. ينبغي تشجيع الأشخاص الذين يعانون من الخرف على اتباع نظام غذائي متوازن. سيؤدي الاستهلاك المنتظم للأغذية والمشروبات الغنية بالسكر (كما في ذلك المكملات الغذائية الفموية) إلى زيادة تعريض الأشخاص الذين يستخدمون أسنانهم الطبيعية لمخاطر تلف الأسنان.

من المهم أن يستمر الشخص في مراجعة طبيب أسنانه بانتظام طالما كان قادراً على ذلك للحصول على العلاج الروتيني والمشورة الوقائية.



## تفاصيل الإتصال

خدمات الأسنان الخاصة بالإئتمان الجنوبي  
[www.southerntrust.hscni.net/services/1843.htm](http://www.southerntrust.hscni.net/services/1843.htm)

خدمات الأسنان الخاصة بإئتمان بلفاست  
[www.belfasttrust.hscni.net/DentalServices.htm](http://www.belfasttrust.hscni.net/DentalServices.htm)

خدمات الأسنان الخاصة بالإئتمان الشمالي  
[www.northerntrust.hscni.net/services/338.htm](http://www.northerntrust.hscni.net/services/338.htm)

خدمات الأسنان الخاصة بالإئتمان الغربي  
[www.westerntrust.hscni.net/services/2014.htm](http://www.westerntrust.hscni.net/services/2014.htm)

الإئتمان الجنوبي الشرقي - اتصل بطبيبك العام أو الاخصائي الاجتماعي الرئيسي



**Public Health Agency**  
12-22 Linenhall Street, Belfast BT2 8BS.  
Tel: 0300 555 0114 (local rate).  
[www.publichealth.hscni.net](http://www.publichealth.hscni.net)

Find us on:

01/17

# الخرف والعناية بالأسنان الطبيعية وأطقم الأسنان



قد يقترح طبيب الأسنان استخدام مثبت لطقم الأسنان/أو بديل لللعاب للتخفيف من الأعراض. يعمل اللعاب على تحييد الآثار الحمضية للسكر. بالنسبة لأولئك الذين يستخدمون أسنانهم الطبيعية، قد يؤدي هذا النقص في اللعاب إلى تسوس الأسنان السريع وخاصة في عنق السن. ويمكن لهذا أن يُضعف الأسنان بحيث تنكسر من مستوى منطقة الالتحام باللثة وتؤدي إلى كشف جذور الأسنان. قد يكون لفقدان الأسنان هذا تأثير ضار على نوعية الحياة للشخص. وهذا يعني أنه ليس بمقدور الشخص مضغ الطعام بفعالية كما كان يقوم في السابق، وقد لا يكون قادراً على أكل اللحوم والخضار والفواكه، مما يؤدي إلى تناول اطعمة مغذية بشكل اقل وإلى فقدان الوزن وإلى تعافي أقل من المرض. يعتبر تنظيف الأسنان اليومي بالفرشاة امرأً ضرورياً للحيلولة دون حدوث ذلك وكذلك الأمر بالنسبة لاتباع نظام غذائي متوازن يتجنب الاطعمة والمشروبات الغنية بالسكر.

كما ينبغي أيضاً حيثما أمكن طلب البدائل الخالية من السكر للأدوية السائلة مثل اللاكتولوز.



من المهم أن يقوم طبيب الأسنان بالتحقق بانتظام للتأكد من عدم تسبب أطقم الأسنان بالألم ومما إذا كانت لا تزال مناسبة. يمكن أن تؤدي أطقم الأسنان غير المناسبة إلى عدة مشاكل بالنسبة للشخص الذي يعاني من الخرف، مثل صعوبة في تناول الطعام والتواصل، والتقرح، أو إلى تهيج الأنسجة اللينة للغم أو الحلق.

لسوء الحظ، قد يأتي وقت لا يعد فيه الشخص الذي يعاني من الخرف قادراً على تحمل استخدام أطقم الأسنان حتى لو كان قد استخدمها بنجاح لسنوات عديدة. قد تزداد وتيرة قيام الشخص بنزع طقم أسنانه عما كانت عليه في السابق. يُعتقد أن الشخص قد يكون يتذكر وقتاً يسبق قيامه باستخدام طقم الأسنان. وقد تؤدي هذه العادة إلى ضياع طقم الأسنان، وقد يكون من الصعوبة بمكان تفصيل طقم اسنان بديل. غالباً ما يكون الشخص غير قادر على التعاون فيما يتصل بتفصيل طقم أسنان جديد أو قد لا يستطيع أن يتكيف مع طقم الأسنان الجديد. وقد تنزعج العائلة/الأصدقاء إذا ما قيل لها أن تفصيل طقم أسنان جديد لا يصب في مصلحة الشخص. ويتم اتخاذ قرار بشأن توفير طقم اسنان جديد أم لا بعد إجراء تقييم لكل حالة.

### وضع علامات على طقم الأسنان

ليس من الغريب أن يضع طقم الأسنان عندما يكون الشخص الذي يعاني من الخرف في مرفق للرعاية أو في المستشفى. يمكن لوضع علامة على طقم الأسنان (أطقم الاسنان) عن طريق كتابة اسم الشخص عليه أن يكون مفيداً للمساعدة في تحديد الشخص الذي يعود الطقم إليه.

يمكن وضع علامة على طقم الأسنان بسهولة عن طريق اتباع الطريقة البسيطة التالية. في الجهة الخلفية من طقم الاسنان وعلى الجزء المصقول منه، قم باستخدام ورق زجاج بالغ الدقة لتخشين جزء صغير من طقم الأسنان. قم بكتابة الأحرف الاولى من اسم الشخص باستخدام قلم رصاص لين. قم بتغطية ذلك بوجهين من الورنيش الشفاف وقم بالانتظار لغاية نشفان الوجه الأول قبل وضع وجه الطلاء الثاني. قد يكون من الضروري إعادة وضع العلامات على طقم الأسنان كل ستة إلى تسعة أشهر.

### الأدوية ومشاكل الأسنان

بعض أنواع الدواء يمكن أن تسبب انخفاضاً في كمية اللعاب في الفم. قد يصبح الفم جافاً جداً وقد يؤدي هذا إلى مشاكل تتعلق بالكلام، وتناول الطعام، واستخدام أطقم الأسنان.

### مراحل الخرف المبكرة

عندما يتم تشخيص الخرف لدى شخص ما لأول مرة فإنه من المهم وضع نهج وقائي فيما يتعلق بصحة الفم الخاصة به. وهذا يعني القيام بإجراء فحوصات دورية للأسنان واستخدام معجون اسنان غني بالفلورايد يمكن ان يقوم طبيب الأسنان بوصفه لهذا الغرض.

خلال مراحل الخرف المبكرة، يمكن عادة أن يقوم الشخص بالعناية بأسنانه بنفسه. قد يتعين احياناً تذكره بتنظيف اسنانه أو قد يحتاج إلى تحفيز بسيط مثل اعطائه فرشاة الأسنان بعد وضع معجون الأسنان عليها وبدء عملية تنظيف الأسنان له.

### مراحل الخرف اللاحقة

مع استفحال الخرف قد يفقد الشخص الرغبة في تنظيف اسنانه أو قد لا يعود قادراً على القيام بهذا. سيتعين على أحد افراد الاسرة/مقدم الرعاية الإنخراط بشكل نشط في عملية العناية بالفم للشخص الذي يعاني من الخرف.

تتمثل أفضل وسيلة لتنظيف أسنان شخص آخر في أن يجلس الشخص وان يجلس مقدم الرعاية بجانبه. ويمكن أن يقوم مقدم الرعاية باسناد رأس الشخص الذي يعاني من الخرف باستخدام جسمه اذا تطلب الأمر اثناء تنظيف الاسنان. ينبغي استخدام فرشاة اسنان متوسطة الحجم ومعجون اسنان غني بالفلورايد مع إيلاء عناية للتنظيف في منقطة التقاء اللثة بالاسنان.

### استخدام أطقم الأسنان

ينبغي على الشخص الذي يعاني من الخرف أن يستمر في استخدام أطقم الأسنان لأكثر مدة ممكنة. من المهم القيام بخلع أطقم الأسنان اثناء الليل وتنظيفها وحفظها بشكل آمن. ينبغي تنظيف الفم باستخدام فرشاة اسنان لينة أو شاش خفيف مبلل. قد يحتاج الشخص إلى مساعدة فيما يتصل بوضع طقم الأسنان في الفم كل صباح.

