Nepali Section

दन्त हर्षा : परिचय र निदानका उपायहरु

डा. प्रकाश बराल
वरिष्ठ दन्त चिकित्सक

समाजमा ब्यापक रुपले हुने दन्त संक्रमण (Dental Infection) हरुमध्ये दन्त हर्षा पनि एक हो । दन्त हर्षालाई साधारण वोलीचालीको भाषमा पाइरिया (Pyorrhea) शब्द प्रचलित छ ।

दन्त हर्षा भनेको के हो त ?

दाँतको सतहमा जम्मा भएको फोहरमा हुर्केका शुक्ष्म जीवाणुहरु (Bacteria) द्वारा गिजामा हुने संक्रमणलाई दन्त हर्षा भनिन्छ ।

यो कसरी हुन्छ ?

दाँत र गिंजाको सरसफाइको कमीले दन्त हर्षा हुन्छ । दिनहु दुईपटक ब्रस (Brushing) नगर्दा, केही खाद्य पदार्थ खाएपछि राम्रोसँग कुल्ला नगर्दा, केही खाद्य पदार्थ खाएपछि राम्रोसँग कुल्ला नगर्दा दाँतमा पहेलो दन्त लेउ जम्छ जसलाई अंग्रेजीमा प्लक (Plaque) भनिन्छ । यो दन्त लेउ खासगरी सूक्ष्म जीवाणुहरुको कोलोनी (Colony) हो ।

यो दन्तलेउमा रहेका ब्याक्टेरीयाहरुले गिंजा र पेरिडोकसीयम लाई संक्रमण गर्दछन् । दन्तलेउ (Plaque) लामो समयपछि मुखमा निस्कने र्‍याल (salve) मा रहेको क्याल्सीयम, फोस्फरस आदि खनीज तत्वहरु मिलेर कडा पत्थर बनाइदिन्छन्, जसलाई दन्त पत्थर (Tartar) भनिन्छ । दन्त पत्थर यति कडा हुन्छ कि यो ब्रसले जादैन र यसलाई हटाउन दन्त चिकित्सककहाँ नै गएससर दाँत सफा (Scaling) गराउनुपर्छ । दन्त पत्थर (tartar) लाई चिकित्सकीय शब्दमा क्यालकुलस (Calculus) भनिन्छ ।

दन्तलेउ (Plaque), दन्त पत्थर (Tartar वा Calculus) खानाको वाँकी अंशहरु (Food Debris) दन्त हर्षाको कारणहरु हुन् । यी फोहरहरुलाई हटाउने विधिलाई स्केलिङ्ग (Scaling) भनिन्छ । दन्त चिकित्सकले स्केलिङ्ग गरेर त्यस फोहरलाई हटाइदिन्छन् । त्यो दन्तपत्थर खैरो, कालो वा पहेँलो रङ्गको हुन्छ र त्यस फोहरले दाँत र गिंजाको सुन्दरतालाई निकै विगारीदिन्छ । हाँस्दा, बोल्दा दाँतमा उक्त दन्त पत्थर देखियो भने निकै लाजमर्दो स्थिति हुन्छ किनकी उक्त दन्त पत्थर फोहोर चिज हो र दाँतमा फोहर राखी राख्ने ब्यक्ति आफ्नो शरीरको सरसफाइमा कति समय हेलचक्रयाइ राख्छ र दाँत र गिंजाको स्वास्थ्य प्रति कतिसम्म उदासिन छ भन्ने पुष्टि गर्छ । अतः यदि तपाइको दाँतमा उक्त फोहर टाँसिएर रहेको छ भने त्यसलाई स्केलिङ्ग गरेर हटाइ हाल्नुस र आफ्नो दाँतको सरसफाइको परिचय दिनुहोस् अनि दाँत र गिजाको स्वास्थ्य चुस्त राख्नुहोस् ।

दन्त हर्षाका लक्षणहरु के के हुन् ?

दाँतमा दन्तपत्थर जमेपछि त्यसमा ब्याक्टेरियाहरु टाँसीएर रहन्छन् र गिंजालाई संक्रमण (Infection) गर्ने थाल्दछन् । गिंजाको यस संक्रमणलाई जिन्जीभाइटिस (gingivits) भनिन्छ। जिन्जीभाइटिस भएमा गिंजा सुनिने, रातो हुने, दाँत माझ्दा रगत आउने हुन्छ । अवस्था धेरै साह्रो भएमा गिंजालाई हल्का केही खाँदा वा त्यतिकै पनि रगत आउछ, मुख गन्हाउछ र पछि भएर गिंजा दुख्न पनि थाल्छ । यी सबै Gingivits का लक्षणहरु हुन् । गिजामा पिप जमेर जिन्जीभाइटिस हुन्छ अनि दुखाई निकै बढ्छ ।

गिंजाको संक्रमणको चाडै उपचार गरिएन भने त्यो फैलिएर हड्डीभित्र पनि संक्रमण गर्न थाल्छ । हड्डीमा संक्रमण भएमा दाँतको जरा वरिपरिको हड्डी खिइदै जान्छ । दाँतको जरालाई समात्ने हड्डी नै खिइएपछि दाँत हल्लीन थाल्छ । यस्तो अवस्थालाई पेरियोडोन्टाइटिस (Periodontitis) भनिन्छ ।

पेरियोडोन्टाइटिस भएमा गिंजामा पिप जम्ने (Periodontal abscess) हुन्छ । दाँतको दुखाई निकै बढ्छ । पेरियोडोन्टाइटिस हुदाँ गिंजा र दाँतको अन्तर (Gap)

त्यसलाई पकेट बनेको (Pocket formation) भनिन्छ । लामो समय सम्म Periodontitis को उपचार गरिएन भने दाँत निकै हल्लिन्छ र खुस्कन्छ । सायद तपाइहरुले याद गर्नुभएकै होला कि , दन्त पत्थरले गिंजालाई परपर धकेल्दै जान्छ, हड्डी खिइदै जान्छ र दाँतको जरा नै वाहिर देखिन्छ र दाँत लामो भएको जस्तो लाग्छ । दाँतको जरा नै बाहिर देखिदा दाँतको सुन्दरतामा निकै ह्रास आउँछ ।

दन्त हर्षाका कारणहरु

दन्तहर्षाको मुख्य कारण हो दाँतको सरसफाइमा कमी हुनु । दिनहुँ दुइपटक दाँत नमाझ्ने, ब्रस उचित तरिकाले गर्न नजान्नु, समय समयमा दन्त चिकित्सक कहाँ गएर स्केलिङ्ग नगर्नु आदि ।

कहिलेकाहि शरिरमा अन्य रोग जस्तै मधुमेह (Diabetes), एड्स (AIDS) रगतको क्यान्सर (Leukemia's) आदि रोगहरुले दन्त हर्षाको अवस्थालाई निकै गम्भीर वनाइ दिन्छन् । दन्त हर्षाको नियन्त्रणको लागि यी रोगहरुको पनि नियन्त्रण हुनु जरुरी हुन्छ ।

दन्त हर्षाको उपचार

दन्तहर्षाको उपचार दन्त चिकित्सक कहाँ गएर गर्नुपर्छ । दन्त चिकित्सकले Scaling गर्नेछन् । मुख कुल्ला गर्ने औषधिहरु जस्तो Chlorhexidine वा Listerine or A.m.p.m mouthwash वा Tantrum कुल्ला गर्नको लागि दिइन्छ । पिप जम्मा भएको रहेछ भने Betdine Irrigation गर्नुपर्छ र ५-७ दिन सम्म प्रति दैनिक औषधि (Antibiotics) को सेवन गर्नुपर्छ । Antibiotics औषधिहरुमा Amoxicillin र ampicilin) ५०० mag दिनको ३ पटक र Metronidazole ४०० mg दिनको ३ पटक वा Tinidazole ६०० mg दिनको २ पटक ५ दिन सम्म लिनुपर्छ। कहिलेकाहि गिंजाको शल्यक्रिया (periodontal surgery) पनि गर्नुपर्ने हुन्छ । periodontal surgery अर्न्तगत Curettage flap surgery आदि पर्दछन् ।

मुखभित्र धेरै दाँतहरु दन्तहर्षा वाट संक्रमण भएमा मधुमेहको परीक्षण (Lab test) गराउनुपर्छ । Lab test को result positive आएमा मधुमेहको उपचार गरी यसलाई नियन्त्रणमा लिनुपर्छ ।

दन्त हर्षाको निदान कसरी गर्ने

दन्त हर्षाको रोकथाम (Prevention) गर्ने दाँत र गिंजाको सरसफाईमा ध्यान केन्द्रीत गर्नुपर्छ । दाँतमा दन्त पत्थर जम्मा भएको वा अन्य फोहर छ भने तुरुन्त दन्त चिकित्सक कहाँ गएर क्लबष्लिन गराइ सफा गराउने, दिनहु २ पटक विहान र बेलुका खाना खाएपछि ब्रस गर्ने । समय-समयमा यदि सकिन्छ भने ६ महिनाको एक पटक कम्तीमा पनि दन्त चिकित्सक कहाँ गएर क्लबष्लिन गराउनुपर्छ । ब्यक्ति आफैले मात्र ब्रस गरेर दाँत गिंजा सफा राख्न सकिदैन किनकी दाँतमा निकै अक्करहरु (Inaccessible areas) हुन्छन् । र ब्रस पुग्दैन अतः त्यस्ता ठाउँमा ६ - ६ महिनामा Dentists कहाँ गई सफा गराउनु पर्छ ।

Scaling सम्बन्धि गलत अवधारण

समाजमा Scaling सम्बन्धि निकै गलत अवधारण रहेको पाइन्छ जस्तो, Scaling गरेपछि दाँत सिरीङ्ग हुन्छ । धेरै scaling गरेमा Enamel पातलो हुन्छ र दाँत हल्लिन्छ । यी सबै गलत अवधारण हुन् । अन्धविश्वास हुन् यसमा वैज्ञानिक सत्यता छैन । बरु Scaling गरेपछि दाँतमा र गिजामा भएको फोहर फालिन्छ र दाँत र गिंजाको स्वास्थ्यमा सुधार आउछ र हर्षाको नियन्त्रण हुन्छ ।

(डा. बराल सामुदायिक दन्त उपचार केन्द्र मासबार, पोखरा (शिव मन्दिर अगाडि) मा कार्यरत हुनुहुन्छ । सम्पर्क फोन: ९८०४१२५०२२)