

Το σύνδρομο του μπιμπερό: Μάθε τι πρέπει να προσέχεις!

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



[shutterstock_6200356_645_450](#)

Πολλά παιδιά αποκτούν μια κακιά συνήθεια, να πίνουν το γάλα τους με το μπιμπερό και αμέσως μετά να κοιμούνται χωρίς να πλυθούν τα δόντια τους.

Όπως εξηγεί ο **παιδίατρος Δρ. Σπύρος Μαζάνης**, οι μητέρες ενδίδουν σε αυτή την “απαίτηση” των παιδιών λόγω άγνοιας προκειμένου να μην χάσουν την συνήθεια να πίνουν το βραδινό τους γάλα. Βέβαια δεν αποκλείεται αυτή η πρακτική να γίνεται και κατά την διάρκεια των ημερήσιων γευμάτων που συνοδεύονται από ύπνο. Αυτή η συνήθεια μπορεί να προκαλέσει πολύ σοβαρές και μη αναστρέψιμες βλάβες στα νεογιλά δόντια και σήμερα πια ονομάζεται το «σύνδρομο του μπιμπερό». Πρόκειται δηλαδή για την καταστροφή μερικών ή και όλων των δοντιών εξαιτίας της τερηδόνας που προκαλείται από την κακή χρήση του μπιμπερό.

Πώς προκαλείται η τερηδόνα;

Όπως ξέρουμε το γάλα περιέχει υδατάνθρακες. Όταν αυτοί παραμένουν στο στόμα τότε ενώνονται με τα βακτηρίδια που έτσι κι αλλιώς βρίσκονται μέσα σε αυτό και παράγονται ουσίες που ονομάζονται οξέα. Αυτά τα οξέα καταστρέφουν την αδαμαντίνη των ευαίσθητων νεογιλών δοντιών και προκαλώντας τερηδόνα τα καταστρέφουν.

Τα πρώτα σημάδια τερηδόνας από μπιμπερό εμφανίζονται στα πάνω μπροστινά δόντια και είναι άσπρες γραμμούλες ή άσπρες κηλίδες. Αυτό σημαίνει ότι έχει αρχίσει η απασβέστωση και η καταστροφή της αδαμαντίνης των δοντιών. Επίσης το παιδί μπορεί να παραπονείται ότι πονάει όταν τρώει γλυκίσματα ή πίνει κρύους χυμούς και νερό. Η δράση των επιβλαβών διαρκεί περίπου 20 λεπτά μετά από κάθε γεύμα.

Έτσι, παιδιά που τρώνε κάτι πολλές φορές τη μέρα έχουν μόνιμα οξέα στα δόντια τους και αυξάνονται οι πιθανότητες να υποστούν βλάβες. Τα παιδιά που κινδυνεύουν περισσότερο από το σύνδρομο του μπιμπερό είναι ηλικίας από 12 μηνών έως 3 χρόνων χωρίς βέβαια να αποκλείεται και σε μεγαλύτερες ηλικίες.

Όταν το παιδί έχει τερηδονισμένα δόντια ή κάποια απώλεια από αυτά τότε:

1. Έχει δυσκολία στη σωστή μάσηση των τροφών.
2. Έχει δυσκολία στην ομιλία δηλαδή δεν μπορεί να αρθρώσει σωστά τις λέξεις.
3. Πονάει και είναι ανήσυχο και στον ύπνο.
4. Τα μόνιμα δόντια που θα βγουν αργότερα έχουν αυξημένες πιθανότητες να χαλάσουν πιο εύκολα.
5. Μπορεί να παθαίνει συχνά λοιμώξεις του στόματος όπως άφθες, γλωσσίτιδα ουλίτιδα αποστήματα. Επίσης τα μικρόβια μπορεί να μολύνουν κοντινές περιοχές και να πάθει λεμφαδενίτιδα, ρινίτιδα, ωτίτιδα, ιγμορίτιδα κ.ά.
6. Μπορεί να αποκτήσει ψυχολογικά προβλήματα λόγω της αντιαισθητικής εμφάνισης του στόματός του ή λόγω πειραγμάτων από άλλα παιδιά.

Τι πρέπει να προσέχετε;

1. Όχι ζαχαρούχα ανάμεσα στα γεύματα. Αποφεύγετε γάλα, ροφήματα, χυμούς, γλυκίσματα κ.ά.
2. Μετά από κάθε γεύμα γλυκισμάτων ή τροφών που περιέχουν υδατάνθρακες καθαρίζετε τα δόντια του παιδιού με γάζα βρεγμένη ή οδοντόβουρτσα.
3. Μετά τους 6 μήνες μη δίνετε το μπιμπερό πριν τον ύπνο ή φροντίστε να καθαρίζετε τα δόντια του
4. Μην το αφήνετε να περιφέρεται στο σπίτι ή στην παιδική χαρά με ένα μπιμπερό στο στόμα προκειμένου να πιει το γάλα του ή το φρουτοχυμό του
5. Μην προσθέτετε επιπλέον γλυκαντικά στο γάλα προκειμένου να το φάει.
6. Προκειμένου να του κόψετε το γάλα πριν κοιμηθεί στο πρώτο διάστημα της προσπάθειας αντί για γάλα χρησιμοποιήστε νερό.
7. Αν δε γίνεται με τίποτα να του κόψετε το μπιμπερό πριν τον ύπνο τότε να ξεπλένετε το στόμα του με νερό πριν κοιμηθεί και καθαρίστε τα δόντια με γάζα.

Επειδή η πρόληψη είναι καλύτερη από τη θεραπεία και επειδή το στόμα του παιδιού είναι η είσοδος πολλών μικροβίων προσπαθήστε από πολύ νωρίς να κόψετε την χρήση η του μπιμπερό (από τον πρώτο χρόνο και μετά) και αντικαταστήστε το με καλαμάκι ή ποτηράκι με στόμιο.

Δρ. Σπύρος Μαζάνης

Πηγή: tlife.gr