

## Bịt Răng

Giữ răng không bị sâu có thể sẽ còn dễ dàng hơn. Bạn có thể hiểu rõ rằng đánh răng và xỉa răng hàng ngày có thể là những vũ khí quan trọng nhất để chống lại việc hình thành mảng bám, nguyên nhân chính gây các bệnh hốc răng. Ngoài thói quen đánh răng và xỉa răng hàng ngày của bạn, nha sĩ có thể phủ một lớp nhựa – gọi là lớp bịt răng – lên trên mặt cắn của những răng trong cùng. Lớp nhựa bọc này sẽ tạo ra một rào cản bảo vệ răng bạn và đẩy lùi vi khuẩn gây sâu răng sống trong mảng bám.

### **Mảng bám là gì và tại sao nó gây các bệnh trong hốc răng?**

Thức ăn và chất lỏng bạn ăn và uống vào sẽ kết hợp với vi khuẩn tạo ra mảng kết dính gọi là mảng bám. Mảng bám bám trên và trong giữa kẽ răng, nơi nó sẽ bắt đầu ăn mòn men răng. Nếu mảng bám không được làm sạch thường xuyên bằng cách đánh răng và xỉa răng, nó có thể tạo ra acid làm răng bị lõm hay có lỗ thủng (hốc). Đây là bệnh sâu răng.

### **Làm cách nào việc bịt răng giúp ngăn chặn chứng hốc răng?**

Phủ một lớp bọc mỏng bằng nhựa lên răng sẽ làm cho mảng bám khó bám dính vào những rãnh trên mặt nhai của răng hàm – nhờ đó bảo vệ mặt răng và giảm thiểu nguy cơ tạo hốc răng.

### **Phủ lớp bọc có khó không?**

Không khó. Phủ lớp bọc răng rất nhanh, đơn giản và không đau. Thông thường, lớp bọc răng sẽ vẫn còn tốt trong nhiều năm. Mỗi lần đi khám răng định kỳ, nha sĩ hoặc nhân viên chăm sóc vệ sinh răng miệng của bạn sẽ kiểm tra xem lớp phủ răng vẫn còn nguyên vẹn không.

### **Ai nên bọc răng?**

Bọc răng có hiệu quả nhất trong việc giảm hốc răng ở trẻ em mới mọc răng vĩnh viễn. Thật ra, tất cả trẻ em nên khám răng hàm (răng trong phía sau) để đánh giá xem có cần bọc răng ngay sau khi răng mọc. Đối với hầu hết trẻ em, răng vĩnh viễn sẽ mọc khi các em trong độ tuổi từ 6 đến 12. Bọc răng có thể cũng hữu ích trong việc giảm sâu răng ở người trưởng thành. Việc bọc răng là một biện pháp ngăn ngừa nhằm giữ răng khỏe mạnh. Đây là một cách hiệu quả nhằm giảm nhu cầu trám răng và những phương pháp điều trị mắc tiền hơn đòi hỏi để chữa lành tổn thương do hốc răng, do đó bọc răng có thể giúp bạn tiết kiệm tiền. Hãy hỏi nha sĩ Hiệp Hội Nha Khoa California (CDA) của bạn xem bạn và con của bạn có cần bọc răng để giúp ngăn ngừa bệnh sâu răng không.