

برکسزم کیا ہے؟



برکسزم کیا ہے؟

برکسزم ایک ایسی حالت ہے جس میں اکثر نیند کے دوران دانتوں کو دبانا یا پیسنا شامل ہوتا ہے۔ یہ دانتوں کے متعدد مسائل کا سبب بن سکتا ہے ، بشمول دانتوں کا ٹوٹنا ، ٹوٹے ہوئے دانت ، اور جبڑے کا درد۔ یہ مریض کی معلومات کا بروشر برکسزم ، اس کی وجوہات ، علامات ، تشخیص ، اور علاج کے اختیارات کا جائزہ فراہم کرے گا۔

برکسزم کے اسباب

برکسزم کی صحیح وجوہات معلوم نہیں ہیں ، لیکن یہ خیال کیا جاتا ہے کہ یہ تناؤ ، اضطراب ، نیند کی خرابی ، اور غیر معمولی کاٹنے سمیت متعدد عوامل سے متعلق ہے۔ کچھ ادویات اور مادے جیسے کیفین ، شراب ، اور تمباکو بھی برکسزم میں کردار ادا کرسکتے ہیں۔

برکسزم کی علامات ایک شخص سے دوسرے شخص میں مختلف ہوسکتی ہیں ، لیکن عام علامات میں شامل ہیں:

- دانتوں کو پیسنا یا دبانا، اکثر نیند کے دوران
- ٹوٹے ہوئے، ٹوٹے ہوئے یا پھٹے ہوئے دانت
- جبڑے میں درد یا سختی
- سر درد
- کان میں درد
- چہرے کا درد
- نیند میں خلل

برکسزم کی تشخیص

برکسزم کی تشخیص میں عام طور پر دانتوں کا امتحان اور آپ کی طبی تاریخ اور علامات کا جائزہ شامل ہوتا ہے۔ آپ کا ڈینٹسٹ ایکس رے بھی لے سکتا ہے یا آپ کے برکسزم کی شدت کا تعین کرنے کے لئے نیند کے مطالعہ کی سفارش کرسکتا ہے۔

برکسزم کا علاج

برکسزم کا علاج حالت کی شدت اور بنیادی وجوہات پر منحصر ہے۔ عام علاج کے اختیارات میں شامل ہیں:

ماؤتھ گارڈز: ماؤتھ گارڈز دانتوں کے آلات ہیں جو نیند کے دوران پہنے جاتے ہیں تاکہ دانتوں کو پیسنے اور دبانے سے بچایا جاسکے۔ آرام دہ فٹ کو یقینی بنانے کے لئے وہ آپ کے دانتوں پر اپنی مرضی کے مطابق لگائے گئے ہیں۔

تناؤ کا انتظام: تناؤ اور اضطراب برکسزم میں حصہ ڈال سکتے ہیں ، لہذا تناؤ کے انتظام کی تکنیک جیسے آرام کی مشقیں ، مشاورت ، یا ادویات علامات کو کم کرنے میں مدد کرسکتے ہیں۔

دانتوں کے علاج: دانتوں کے علاج جیسے تاج، پل، اور آرٹھوڈونٹکس کاٹنے کو درست کرنے کے لئے ضروری ہوسکتے ہیں جو برکسزم میں کردار ادا کرتے ہیں۔

ادویات: کچھ معاملات میں ، پٹھوں کو آرام دینے والی ادویات یا اینٹی ڈپریسنٹس جیسی ادویات برکسزم کی علامات کو دور کرنے کے لئے تجویز کی جاسکتی ہیں۔

اخیر

برکسزم دانتوں کی ایک عام حالت ہے جس کی خصوصیت اکثر نیند کے دوران دانتوں کو پیسنا یا دبانا ہے۔ یہ دانتوں کے متعدد مسائل کا سبب بن سکتا ہے ، بشمول دانتوں کا ٹوٹنا ، ٹوٹے ہوئے دانت ، اور جبڑے کا درد۔ برکسزم کی صحیح وجوہات معلوم نہیں ہیں ، لیکن یہ خیال کیا جاتا ہے کہ اس کا تعلق تناؤ ، اضطراب اور نیند کی خرابی سے ہے۔ علاج کے اختیارات میں ماؤتھ گارڈز، تناؤ کے انتظام کی تکنیک، دانتوں کے علاج، اور ادویات شامل ہیں۔ اگر آپ کے پاس برکسزم کے بارے میں کوئی سوالات یا خدشات ہیں تو پیشہ ورانہ دانتوں کا مشورہ حاصل کرنا یاد رکھیں۔