

ساده ترین روش تسکین دندان درد

دندان دردهای شدید و ناگهانی یکی از ناراحتی‌هایی است که معمولاً همه افراد حداقل یک‌بار آن را تجربه کرده‌اند. هنگام دندان درد، فرد نمی‌تواند غذا بخورد و صحبت کند و سعی می‌کند هرطور شده درد را تسکین دهد.

به گزارش سایت خبری پرسون، مسلماً مراجعه به دندانپزشک و درمان قطعی راه‌حل نهایی است اما می‌توان با استفاده از طبیعت و مواد طبیعی و تا زمان مراجعه به دندانپزشک نیز موقتاً درد را بدون مصرف مسکن آرام کرد.

روغن میخک را روی دندان‌ها و یا لثه‌های خود بمالید. میخک نه تنها می‌تواند درد را آرام کند بلکه خاصیت ضدعفونی‌کنندگی هم دارد و می‌تواند از عفونت دندان جلوگیری کند.

روزانه ۳ بار سیر بجوید. سیر سبب قطع شدن درد دندان می‌شود و علاوه بر آن باکتری‌ها را از بین می‌برد. می‌توانید سیر له شده را با مقداری نمک و کره بادام‌زمینی مخلوط کنید و آن را روی دندان‌ها فشار دهید. این مخلوط را حداقل ۳۰ دقیقه روی دندان‌های خود قرار دهید.

چند قطره عصاره وانیل را روی قسمت‌های دردناک دندان بچکانید. اگرچه وانیل عفونت دندان را از بین نمی‌برد ولی این فرصت را به شما می‌دهد تا درد ناگهانی دندان‌تان را کنترل کنید.

مقداری یخ روی قسمت‌های دردناک دندان‌های خود بگذارید. البته کاهش درد به وسیله یخ به منشأ بروز دندان درد بستگی دارد. یخ ممکن است با بی‌حس کردن قسمتی از دندان، درد و ورم آن را کاهش دهد.

۳۰ قطره اسانس نعناع را با یک چهارم لیوان آب مخلوط کرده و از آن به‌عنوان دهانشویه استفاده کنید. ۳ بار در روز و هردفعه حداقل ۳۰ ثانیه دهانتان را با آن بشویید. نعناع خاصیت ضدتورم و ضدعفونی‌کنندگی دارد و برای تسکین درد بسیار مناسب است.

روش طبیعی دیگر برای خلاصی از دندان درد، استفاده از لیموترش است. لیموترش حاوی ویتامین «ث» است و می‌تواند عفونت را کنترل کند. مقداری آب لیموترش را روی دندان بریزید تا درد آن ساکت شود.

از مصرف هر نوع ماده غذایی که سبب تحریک دندان درد می‌شود پرهیز کنید. گیر کردن غذا بین دندان‌ها باعث بروز درد در دندان خراب می‌شود. لذا بعد از خوردن غذا، بین دندان‌ها را با نخ دندان پاک کنید و بعد از آن، با آب نمک، دهان را شست‌وشو دهید.

مقداری پیاز خرد شده را روی دندان خود بگذارید و منتظر شوید تا درد آن تسکین پیدا کند، سپس قطعه دیگری از پیاز خرد شده را روی دندان خود بگذارید و قطعه قبلی را دور بیندازید. پیاز یک آنتی‌بیوتیک طبیعی محسوب می‌شود.

زنجبیل گیاهی است که مانند آسپرین عمل می‌کند و یک مسکن فعال محسوب می‌شود. اگر پودر زنجبیل را با آب مخلوط کنید برای تسکین درد دندان بسیار مؤثر است. پنبه‌ای را به این خمیر آغشته کنید، آن را فشار دهید تا آب اضافی خارج شود و سپس آن را روی دندان دردناک و نه لثه بگذارید. عملکرد آن به این نحو است که زنجبیل، پوست آن قسمت را تحریک کرده و خون را به سمت پوست می‌کشاند و التهاب را کم می‌کند.

بیشتر از ۱۶۰۰ سال است که کنگد برای تسکین درد دندان در چین کاربرد دارد. کنگد حاوی ترکیباتی است که درد را بهبود می‌بخشد. خواص کنگد شبیه آسپرین است و مانند مسکن عمل می‌کند. این دانه‌ها برای تسکین درد دندان بسیار مؤثر هستند. تهیه مرهم آن بسیار ساده است و نیاز به مواد زیادی ندارد. ظرف آبی را روی حرارت بگذارید تا جوش بیاید و سپس دانه‌های کنگد را در آن بریزید. برای هر مقدار کنگد ۲ برابر آب لازم هست. برای اینکه ترکیب تأثیر بهتری داشته باشد، باید منتظر شد تا نیمی از آب تبخیر شود. مرهم را مستقیماً روی قسمت دردناک بگذارید.

استفاده از مرهم خاک رس نیز برای درمان دندان درد مفید است. برای تهیه این مرهم، ظرفی انتخاب کنید که فلزی یا پلاستیکی نباشد. خاک رس را همراه با آب در آن بریزید. با یک قاشق چوبی آن را به هم بزنید تا خمیر نرمی درست شود. مرهم آماده است و می‌توانید آن را روی گونه، جایی که احساس درد دارید به مدت حدود یک ساعت بگذارید. زمانی که خاک رس خشک شد، نگهداری طولانی‌مدت آن بی‌فایده است. طی روز، گذاشتن مرهم روی موضع را با فاصله انجام دهید. اگر در قسمت‌های مختلف احساس درد دارید، نباید مرهم را در یک زمان روی همه بگذارید. این مرهم درد را موقتاً تسکین می‌دهد اما ممکن است دوباره عود کند، به همین دلیل باید چندبار این کار را تکرار کنید.