

NHẠY ĐAU Ở RĂNG LÀ GÌ?

Nhạy đau ở răng là chỗ đau bạn có thể cảm nhận khi ăn hoặc uống các thức ăn hay thức uống nóng hay lạnh. Bạn cũng có thể cảm thấy đau khi hít không khí lạnh.

Nhạy đau có thể xảy ra khi lợi tách ra khỏi răng hoặc khi mất mô lợi. **Mất mô lợi** có thể xảy ra do việc đánh răng quá mạnh hoặc không đánh răng và dùng tơ nha khoa thường xuyên.

Khi mất mô lợi, phần răng bên dưới viền cơ lợi có thể lộ ra. Phần này được gọi là **chân răng**. Có những ống nhỏ chứa dịch và dẫn từ chân răng đến trung tâm của dây thần kinh răng. Dây thần kinh này được gọi là **tủy răng**. Khi sức nóng hoặc lạnh chạm vào những ống này, dịch trong răng có thể kích thích dây thần kinh đó, gây ra đau răng.

Nhạy đau cũng có thể xảy ra nếu lớp bề mặt cứng của răng, được gọi là **men răng**, bị bong.

Nhạy đau ở răng có thể xuất hiện rồi biến mất. Nhưng việc không chú ý đến nó có thể dẫn đến các vấn đề sức khỏe khác ở miệng.

Những nhân tố sau đây có thể góp phần gây ra nhạy đau ở răng:

- **Đánh răng quá mạnh hoặc sử dụng bàn chải đánh răng có lông đứng cứng**

Việc này có thể làm mất mô lợi.

- **Các loại thức ăn và thức uống có đường và acid**

Cola/soda, nước trái cây, và thức ăn nhẹ có đường cũng có thể góp phần tạo ra vùng bị sâu, có thể dẫn đến nhạy đau.

- **Nghiến răng**

Điều này có thể làm mòn bề mặt răng .

- **Vệ sinh hoặc điều trị nha khoa**

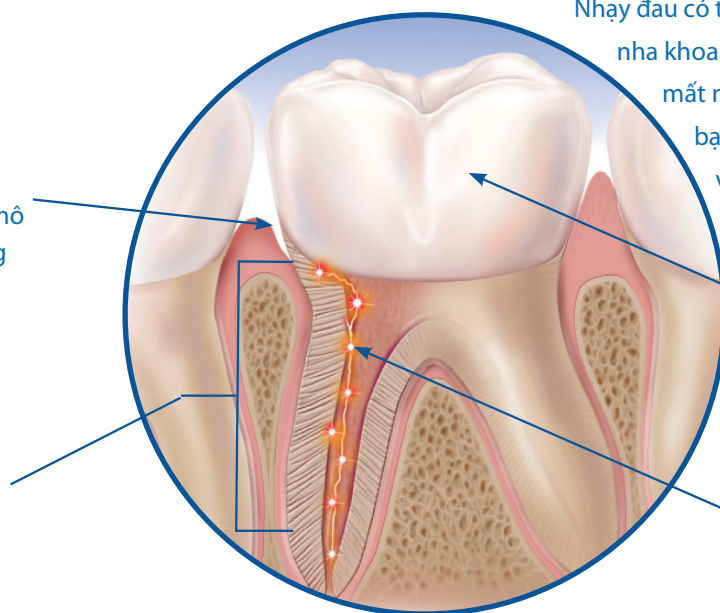
Nhạy đau có thể xảy ra sau khi vệ sinh hay điều trị nha khoa như tẩy trắng răng. Nó thường biến mất ngay sau khi kết thúc điều trị. Nhưng nếu bạn có bất kỳ quan ngại nào, hãy trao đổi với nhóm nha khoa của bạn.

Mất mô lợi

Mô lợi bị mất hoặc mô lợi bong ra khỏi răng

Chân răng

Phần của răng bên dưới viền cơ lợi



Men răng

Lớp bề mặt cứng của răng

Tủy răng

Trung tâm dây thần kinh của răng

Sau đây là một số cách để phòng tránh nhạy đau:

• **Đánh răng và dùng chỉ nha khoa hai lần mỗi ngày để phòng tránh mất mô lợi**

Đảm bảo vệ sinh tất cả các khu vực trong miệng, kể cả giữa các răng và dọc theo viền cơ lợi.



• **Đánh răng nhẹ nhàng và sử dụng bàn chải đánh răng có lông đứng mềm**

Việc này sẽ giúp phòng tránh mất mô lợi và tránh làm mòn men răng.

• **Tránh các loại thức ăn và thức uống có acid**

Nếu bạn bị nhạy đau, hãy trao đổi với nhóm nha khoa của bạn. Họ có thể có những khuyến cáo khác.

Thông tin nhanh về nhạy đau ở răng

- Nhạy đau ở răng là chỗ đau bạn có thể cảm nhận khi ăn hoặc uống các thức ăn hay thức uống nóng hay lạnh
- Nhạy đau xảy ra khi lợi tách ra khỏi răng hoặc khi mất mô lợi. Điều này khiến cho chân răng bên dưới viền cơ lợi lộ ra, dẫn đến nhạy đau
- Sử dụng bàn chải đánh răng có lông đứng mềm để tránh làm tổn thương lợi và răng
- Bạn cũng có thể hỏi nhóm nha khoa của mình để biết các loại kem đánh răng đặc biệt cho răng bị nhạy đau



Để biết thêm lời khuyên về cách phòng tránh nhạy đau ở răng, hãy trao đổi với nhóm nha khoa của bạn hoặc truy cập oralb.com.