

## Bebeklerde Diş Çıkarma Süreci ve Bu Süreçte Karşılaşılan Sorunlara Yönelik Uygulamalar

### *Babies Teething Process and Practices for Problems During This Term*

Raziye Çelen, Fatma Taş Arslan

Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Konya

#### **ÖZ:**

Diş çıkarma bütün çocukların deneyimlediği fizyolojik bir süreçtir. Bu süreç, bebeklik gelişiminin normal bir parçası olmasına rağmen diş çıkarma sürecindeki semptom yönetimi hakkında çok az şey bilinmektedir. Süt dişlerinin çıkması sırasında kuru öksürük, mızızlık, uyku bozukluğu, diş eti inflamasyonu, salya akması en yaygın görülen belirtiler arasındadır. Ancak ateş, ishal ve çok sayıda diğer şikayetler yeterli kanıt olmamasına rağmen, yaygın olarak diş çıkarma süreci sorunu olarak belirtilmektedir. Bebeklerde diş çıkarma ile ilişkili olan ağrı ve huzursuzluk farmakolojik ve nonfarmakolojik olmayan yöntemlerle yönetilebilmesine rağmen bunlara yönelik yeterli kanıt olmaması dikkat çekmektedir. Bu makale diş çıkarma döneminde bebeklerde karşılaşılan sorunları anlamayı ve bu süreçte ebeveynlerin yaklaşımlarını desteklemeyi amaçlamaktadır.

**Anahtar Kelimeler:** Diş çıkarma, İlk diş, Bebek, Hemşire.

#### **SUMMARY:**

Teething is a physiological process that all children experience. Even though this period is a normal part of babies development, interestingly little is known about management of symptoms. Dry cough, crabbing, sleeping disorder, gingival inflammation, and salivation are among the most common symptoms observed during milk dentition. However, even though fever, diarrhea, and several numbers of other complaints are not adequate evidences, teething period is commonly considered responsible. Although pain and discomfort related to baby teething can be managed by using pharmacological and non-pharmacological methods, inadequate evidence regarding these draws attention. The purpose of this study is to determine problems faced by babies during teething period and support approaches of parents.

**Keywords:** Teething, Primary tooth eruption, Baby, Nurse.

## **Giriş:**

Diş çıkarma, bütün çocukların deneyimlediği fizyolojik bir süreçtir (1). Bebeğin ağızında ilk dişin görünmesi yaşamının önemli bir dönüm noktası olarak düşünülmektedir (2). Bebeklik gelişiminin normal bir parçası olmasına rağmen, diş çıkarma semptomların yönetimi hakkında çok az şey bilinmektedir (3). Markman (1), diş çıkarma sürecinde ebeveynlere çok fazla tavsiye verildiğini ancak bu tavsiyelerin kanıta dayalı olmadığını belirtmektedir. Bebeklerde diş çıkarma ile ilişkili olan ağrı ve huzursuzluk farmakolojik ve nonfarmakolojik olmayan yöntemlerle yönetilebilmektedir. Ancak bu tedavilere yönelik yeterli kanıt bulunmamaktadır (3). Bu makale diş çıkarma sürecinde bebeklerde karşılaşılan sorunları anlamayı ve bu süreçte ebeveynlerin yaklaşımlarını desteklemeyi amaçlamaktadır.

### **Diş Çıkarma ve Belirtiler**

Çoğu çocuk ilk dişini yaklaşık altı aylıkken çıkarmaya başlamakta ve 30 aya kadar 20 süt dişini tamamlamaktadır (1). Süt dişleri ağız içerisinde belli bir sırayla görülmeye başlamakta ve bu sürece de “süt dişlenme dönemi” denilmektedir (4). Dişlerin önden arkaya, aşağıdan yukarıya doğru çıktığı bilinmektedir (5). Diş çıkarma yaşı bireysel farklılıklar gösterebilmektedir. Genetik özellik ile tiroid hormonu diş gelişimini etkileyen faktörlerin başında gelmektedir. Dişlerin erken ya da geç çıkması genellikle ailevi bir özelliktir. Sağlıklı çocuklarda ilk dişin çıkması 16 aya kadar gecikebilmektedir (6).

Kılınç ve ark.’nın (4) aktardığına göre beş bin yıllık belgelerde süt dişlerinin çıkması sırasında bebeklerin genel sağlığında görülen sorunlardan bahsedilmektedir. Hipokrat, süt dişlerinin çıkması sırasında ateş, ishal ve konvülsiyon da dahil birçok hastalığın görülebileceğini belirtmiştir (4). Fransa’da 16. yy’dan 19. yy’a kadar tüm bebek ölümlerinin %50’sinin nedeni diş çıkarma sırasında görülen rahatsızlıklara bağlanmıştır. Ayrıca 1839’da İngiltere’de dört yaş altı çocuk ölümlerinin %12’sinin nedeni diş çıkarma sırasında karşılaşılan sorunlardan kaynaklandığı rapor edilmiştir (1).

Anne-babalar diş çıkarmayı sağlık problemleri ile ilişkilendirmektedir (7). Bebeklerin üçüncü ayından başlayarak tükürük salgısı artmaktadır. Bu bulgu, süt dişlerinin diş etlerini delerek çıkmaya hazırlandığını işaret etmektedir (6). Süt dişlerinin çıkması sırasında kuru öksürük, mızımızlık, uyku bozukluğu, diş eti inflamasyonu, salya akması en yaygın görülen belirtiler arasındadır. Ancak ateş, ishal ve çok sayıda diğer şikayetler yeterli kanıt olmamasına rağmen, yaygın olarak diş çıkarma sürecinin sorunu olarak belirtilmektedir (7). İlk diş çıkarma belirtileri arasında salyada artış, huzursuzluk ve diş çıkarılan alanda lokalize rahatsızlık bulunmakta ancak çoğu bebekte bu sıkıntıların görülmediği belirtilmektedir (8).

Yapılan çalışmalarda en fazla karşılaşılan rahatsızlığın huzursuzluk olduğu, bunu ateş, salyada artış, diş etlerinde kızarıklık/kaşıntı, ısırma/çiğneme artışı, iştah kaybı, ishal, katı gıdalara karşı isteksizlik ve uykuda geçen sürede azalma izlediği saptanmıştır (4,9,10). Aliyu ve ark. (11) bebeklerde en yaygın karşılaşılan belirtilerin ateş, iştah kaybı ve kusma olduğunu ve annelerin %90,6’sının bu

semptomların diş çıkarma ile ilişkili olduğuna inandığını belirtmektedir. Plutzer ve ark.'nın (12) yaptıkları randomize kontrollü bir çalışmada süt dişlerinin çıkması sırasında en yüksek oranda rastlanan dört belirtinin salyada artış, ısırma ve çiğneme artışı, huzursuzluk ve uykuda geçen sürede azalma olarak sıralamışlardır. İki prospektif kohort çalışmasında (13,14) diş çıkarma ile önceden bildirilen semptomlar arasında zayıf bir ilişki olduğu bulunmuştur. En tutarlı görülen semptomların ısırma, salyada artış, dişetini sürtme ve huzursuzluktur. Katı gıdalara karşı azalmış iştah ve vücut ısısında artış (<38,9°C) da birçok çalışmada bildirilmiştir (1).

**Diş Çıkarma Sürecindeki Uygulamalar:** Diş çıkarma süreci çoğu anne-baba için endişe kaynağıdır. Diş çıkarmaya bağlı diş eti ağrısı, ıslak yıkanmış bir bez veya soğuk diş halkaları kullanılarak veya temiz bir parmakla diş etlerine masaj yapılarak azaltılabildiği belirtilmektedir (15). Ailelerin bu süreçte bebeklerinin diş etlerine temiz ve soğuk bir bezle masaj yapmaları, beslenme öncesi diş jellerinden sürmeleri, diş etlerine masaj için dişlikler ya da çiğneyebileceği soğuk (havuç...) bir şeyler vermesi bebeklerin ağrısını ve huzursuzluğunu azalttığı ve bu süreci daha rahat geçirmelerine yardımcı olduğu vurgulanmaktadır (16). Kahya'nın (17) aktardığına göre İbni Sina kitabında diş çıkarma sürecinde titremelerin doğal olduğunu ve bu süreçte bebeklerin vücudunun nergis ve şebboy yağı ile ovularak bebeğin rahatlatılması gerektiği belirtilmektedir.

Amerikan Pediatrik Diş Hekimliği Akademisi (AAPD) semptomların tedavisi için bebeklerin dişetine soğutulmuş halkalar ve oral analjezik uygulamasını önermektedir. AAPD sıkıntıyı gidermek için reçetesiz satılan diş jelleri dahil topikal anesteziğin kullanımını bu ürünlerin güçlü toksisitesi nedeniyle önermemektedir (8). Asetaminofen ve ibuprofenin konservatif kullanımı diş çıkarma ağrılarını hafifletmeye yardım edebilmektedir. Benzokain içeren jeller ise methemoglobinemi riskinden dolayı bebekler için önerilmemektedir (1,15).

Adam ve Abhulimhen-Iyoha (18) annelerin diş çıkarma sıkıntısını hafifletmek için %74,4'ü diş çıkarma şurubu kullandığını, %61,8'i ılık süngerle diş etine pansuman yaptığını ve %61,1'i diş çıkarma oyuncağı verdiğini belirtmiştir. Uğurlu ve ark. (16) yaptıkları çalışmada bebeklerin %29,7'sinin diş çıkarma nedeniyle ağrı yaşadığı ve ağrının giderilmesi için annelerin çoğunlukla (%50) ağrı kesici jel uyguladığı belirlenmiştir. Rahman ve ark. (19) tarafından yapılan çalışmada, annelere çocuklarının diş çıkarma sürecinde yaptıkları geleneksel uygulamalar sorulmuş, %31,9'u çocuğun eline dişini kaşısın diye sert oyuncak, diş kaşığı, ekme kabuğu, yeşil soğan, pırasa, salatalık verildiği saptanmıştır. Plutzer ve ark. (12) ise bebeklerde diş çıkartma sıkıntısını azaltmak için annelerin %73,4'ünün topikal ve %65,9'unun oral ilaç kullandığını belirtmektedir.

Diş çıkarma sürecinde semptomlarla nasıl baş edileceğiyle ilgili Kanıta dayalı çalışmaların az sayıda olduğu göze çarpmaktadır. Medline ve Cochrane taramasında konu ile ilgili üç randomize kontrollü çalışma ve bu çalışmaların iki tanesinin 40 yıldan uzun bir süre önce yayınlanan topikal ilaçlarla ilgili olduğu, diğerinin ise annelerin semptomlarla baş etmesi üzerine yapıldığı görülmektedir (12,20,21).

Homeopatik ve doğal tedavilerin yaygın bir şekilde kullanıldığı ve bebeklerde diş çıkarma sürecinde ortaya çıkan huzursuzluğun giderilmesine katkı sağladığı belirtilmesine rağmen bu tedavi yönteminin etkinliğine yönelik yeterli kanıt bulunmamaktadır. Amber (Kehribar), diş çıkarma sürecinde kullanılan geleneksel tedavi yöntemi olarak bilinmektedir. Amberin doğal bir analjezik olduğu ve takıldığı zaman vücuda az miktarda yağ yayarak diş çıkarma sürecinde ortaya çıkan rahatsızlığı giderdiğine inanılmaktadır. Bu doğrultuda kolye, bileklik ya da halhal olarak çocuğa takılabilmektedir. Amberin oral bir tedavi yöntemi olmadığı dolayısıyla boncukların emilmesinin veya çiğnenmesinin bir etkisinin bulunmadığı belirtilmektedir (1).

Diğer doğal ya da homeopatik tedaviler seyreltilmiş karanfil yağı, doğal meyan kökü (şekersiz), rezene, yeşil soğan, zeytinyağı, zencefil kökü ve vanilyayı kapsayan bitki ve yağların diş etlerine uygulanmasını içermektedir. Birçok homeopatik tedavinin papatya içerdiği dikkat çekmektedir. Ayrıca yanaklarda kızarıklık, huzursuzluk ve ishal gibi şikayetleri olan çocuklarda, papatyanın yararlı olduğu iddia edilmektedir (1). Tamamlayıcı ve alternatif tıp (TAT) diş çıkarma sürecindeki ağrıyı yönetmek için çay ağacı ve karanfil yağı bazlı merhemler, bitkisel formülasyonlar, aromaterapi ve homeopatik ilaçları içeren bir dizi yöntem önermektedir. Ancak bu yöntemlerden hiçbirinin diş çıkarma sürecindeki ağrıyı yönetmek için etkinliği kanıtlanmamıştır (3).

Bu süreçte ebeveynler bebeklerini rahatlatmak için çeşitli yöntemlere başvurmaktadır. Ebeveynlerin %80'inden fazlası çocuklarının sağlık sorunlarını ve sorunların tedavisi ile ilgili bilgiye internet aracılığı ile ulaştığı belirtilmektedir. Bu bilgiler çocukların belirti, bulgu ve tedavilerinin yönetiminde ebeveynlerin kararlarını etkileyebilmektedir. Özellikle reçetesiz satılan ürünlerin diş çıkarma tedavisi için yeterli kanıt olmamasına rağmen sosyal medyada yaygın olarak önerildiği görülmektedir (22).

Diş çıkarma sürecinde ebeveynlerin semptomlarla baş edebilmesi aynı zamanda diş çürüğü riskinin azaltılabilmesi için ilk diş bakımının verilmesi önemlidir. Diş çıkarmamış bebeklerin erken dönemde bile (üç aylık) diş çürüklerine neden olan streptococcus mutans ile karşılaşabilmektedir. Annelerin ağız bakımı alışkanlığı kazandırmak ve streptococcus mutans düzeylerini düşürmek için bebeklerin diş etlerini temiz, ıslak bir bezle her beslenme sonrası temizlemesi gerekmektedir. İlk diş çıkışı görülünce, anne su ile çok küçük başlı, yumuşak bir diş fırçasını hareket ettirerek bakım verebilmektedir (15).

**Sonuç:** Diş çıkarma süreci ebeveynler ve bebekler için uzun, sancılı ve zor bir süreçtir. Bu süreçte çocuk sağlığı alanında çalışan hemşirelerin ebeveynlere rehberlik etmesi gerekmektedir. Diş çıkarma sürecinin yönetiminde ve ağrının hafifletilmesinde etkili olduğu düşünülen, ancak yeterince kanıt bulunmayan yöntemlerle (masaj, bitkisel ürünler, kolyeler gibi) ilgili bilimsel çalışmalar yapılmalı, bu yöntemlerin yararları ve olası yan etkileri araştırılıp, bilgiler güncellenmelidir.

**Kaynakça:**

1. Markman L. Teething: facts and fiction. *Pediatr Rev* 2009;30(8):e59-e64. doi: 10.1542/pir.30-8-e59
2. Elbur Aİ, Yousif MA, Albarraq AA, Abdallah MA. Parental knowledge and practices on infant teething, Taif, Saudi Arabi. *BMC Res Notes* 2015;8 (699):1-6. doi:10.1186/s13104-015-1690-y
3. Tsang AKL. Teething, teething pain and teething remedies. *International Dentistry SA* 2010;12(5):48-61.
4. Kılınç G, Edem P, Günay T, Aydın A, Halıcioğlu O, Sevinç N. Annelerin çocuklarının süt dişlerinin sürmesi ile ilgili şikâyet ve yaklaşımları. *Türkiye Klinikleri J Dental Sci* 2015;21(2):90-4. doi: 10.5336/dentalsci.2014-42087
5. Arıkan D, Çelebioğlu A, Tüfekci GF. Çocukluk dönemlerinde büyüme ve gelişme. İçinde: Conk Z, Başbakkal Z, Yılmaz HB, Bolışık B (ed). *Pediyatri Hemşireliği Kitabı*. Ankara: Akademisyen Tıp Kitabevi; 2013. s.58.
6. Darendeliler F, Neyzi O, Bundak R. Gelişme-olgunlaşma. İçinde: Neyzi O, Ertuğrul T (ed). *Pediyatri*. Cilt 1, 4. Baskı. İstanbul: Nobel Tıp Kitabevleri; 2010, s.113.
7. Bishop WP. Çev: Bükülmez A. Sindirim sistemi. In: Kliegman RM, Marcante KJ, Jenson HB, Behrman RE (eds). Ovalı F, Altındiş M (Çev ed). *Nelson Pediatrinin Temelleri*. 5 th ed. İstanbul: Nobel Tıp Kitabevleri; 2008. p. 595.
8. American Academy of Pediatric Dentistry. Guideline on Infant Oral Health Care. Reference Manual 2014;37(6):15-6. [http://www.aapd.org/media/policies\\_guidelines/g\\_infantoralhealthcare.pdf](http://www.aapd.org/media/policies_guidelines/g_infantoralhealthcare.pdf).
9. Noor-Mohammed R, Basha S. Teething disturbances; prevalence of objective manifestations in children under age 4 months to 36 months. *Med Oral Patol Oral Cir Bucal* 2012;17(3):e491-4.
10. Baykan Z, Şahin F, Beyazova U, Ozçakar B, Baykan A. Experience of Turkish parents about their infants' teething. *Child Care Health Dev* 2004;30(4):331-6.
11. Aliyu İ, Adewale A, Teslim LO. Teething myths among nursing mothers in North-Western Nigeria. *Medical Journal of Dr. D.Y. Patil University* 2015;8(2):144-8.
12. Plutzer K, Spencer AJ, Keirse MJNC. How first time mothers perceive and deal with teething symptoms: A randomised controlled trial. *Child Care Health Dev* 2012;38:292-9.
13. Macknin M, Piedmonte M, Jacobs J, Skibinski C. Symptoms associated with infant teething: a prospective study. *Pediatrics* 2000;105:747-52.
14. Wake M, Hesketh K, Lucas S. Teething and tooth eruption in infants: a cohort study. *Pediatrics* 2000;106:1374-8.
15. Fenick MA, Nelson PL. Ağız sağlığı kontrolü. In: Rudolph DC, Rudolph MA, Lister GE, First RW, Gershon AA (eds). Yurdakök M (Çev ed). *Rudolph Pediyatri*. Cilt 1, 22 th ed. Ankara: Güneş Tıp Kitabevleri; 2013. p.50.
16. Uğurlu E, Kalkım A, Sağkal T. 0-1 yaş arası bebeklerde sık karşılaşılan ağrı durumları ve ailelerin yaklaşımları. *Fırat Tıp Derg* 2014;19(1):25-30.

17. Kahya E. İbn-i Sina'da Çocuk Psikiyatrisine Bir Bakış. Türk Tıp Etiği ve Tıp Hukuku Araştırmaları Yıllığı, Nobel Tıp Kitabevleri, İstanbul, 2013. s.135-41.
18. Adam VY, Abhulimhen-Iyoha BI. Teething: beliefs and behaviors of mothers attending well baby clinics in Benin City, Nigeria. Afr J Med Health Sci 2015;14:8-12.
19. Rahman S, Altan S, Çam S, Yüksel H. Manisa ili Karaağaçlı beldesinde çocuk bakımına yönelik yöresel uygulamalar. Lokman Hekim Journal 2013;3(1):15-33.
20. Palmer LE. Relief of pain in infant teething; double-blind study of a new choline salicylate agent. Ohio Medical Journal 1962;58:434-5.
21. Seward MH. The effectiveness of a teething solution in infants. A clinical study. Br Dent J 1969;127:457-61.
22. Kozuch M, Peacock E, D'Auria PJ. Infant teething information on the world wide web: taking a byte out of the search. J Pediatr Health Care 2015;29(1):38-45.