



التقويم الشفاف

التقويم الشفاف، هل يناسبك؟

27 ربيع الآخر 1448 هـ - 8 أكتوبر 2026 م

دقيقتان قراءة

د. محمد المحيميد - استشاري تقويم الأسنان



قوالب شفافة تُصنع رقمياً وتحرك الأسنان خطوة بخطوة. متى تكون الخيار الأنسب، وما الذي يصنع نتيجتها؟

تركيب قالب التقويم الشفاف

“القالب الشفاف لا يعمل وهو في العلبة؛ نتيجته تُصنع بساعات لبسه”

سلسلة من القوالب الشفافة، كل قالب يحرك الأسنان خطوة صغيرة.

- **يُبدّل القالب كل 7 إلى 10 أيام** حسب نصيحة الطبيب.
- **قد تُلصق نتوءات صغيرة** بلون الأسنان على بعضها (المرفقات)، تساعد القالب على الإمساك بالسن وتحريكه في الاتجاه الصحيح.
- **قد يحتاج الطبيب** إلى تنعيم خفيف بين بعض الأسنان لإيجاد مساحة صغيرة، إن كانت الخطة تتطلب ذلك.

يسأل كثير من المراجعين في الزيارة الأولى: هل أستطيع العلاج بالتقويم الشفاف بدل الأسلاك؟ الجواب يعتمد على الحالة نفسها، وعلى الالتزام بلبسه أكثر من أي شيء آخر.

01

كيف يعمل التقويم الشفاف؟

بعد الفحص يُؤخذ مسح رقمي ثلاثي الأبعاد للأسنان بدل الطباعات التقليدية. يخطط الطبيب على الحاسب حركة كل سن من موضعها الحالي إلى موضعها المطلوب، ثم تُصنع

يناسب التقويم الشفاف كثيراً من حالات البالغين والمراهقين، ومنها:

- الازدحام والتباعد الخفيف والمتوسط.
- انتكاس النتيجة بعد تقويم سابق لم يُلبس بعده المثبت.
- بعض مشكلات العضة، بعد تقييمها بالسجلات التشخيصية.

وفي حالات أخرى يكون التقويم الثابت أنسب، كالحالات المعقدة التي تحتاج تحكماً كاملاً بحركة الجذور، أو حين يصعب الالتزام بساعات اللبس. ولا يُحدّد ذلك إلا بعد الفحص.

ساعات اللبس. يُلبس القالب من 20 إلى 22 ساعة يومياً، ولا يُخلع إلا للأكل وشرب غير الماء وتنظيف الأسنان. القالب الذي يبقى في العلب لا يحرك شيئاً، وقلّة اللبس تؤخر الخطة كلها.

النظافة. تُنظّف الأسنان بعد كل وجبة وقبل إعادة القالب؛ لأن القالب يحبس ما يبقى عليها من طعام وسكر.

المتابعة. زيارات دورية يتأكد فيها الطبيب أن الأسنان تتحرك كما حُطّ لها، وقد يطلب قوالب إضافية لتحسين النتيجة في آخر العلاج.

1. **المظهر:** القالب لا يكاد يُرى، والتقويم الثابت ظاهر وإن كان بلون الأسنان.

2. **الأكل:** القالب يُخلع للأكل فلا قيود على الطعام، والثابت يمنع الأطعمة القاسية واللزجة.

3. **التنظيف:** أسهل مع القالب لأنه يُخلع، وأصعب حول الأسلاك والبراكيت.

4. **الالتزام:** القالب يعتمد على المريض في لبسه، والثابت يعمل طوال الوقت.

تميل الأسنان إلى العودة إلى مواضعها القديمة، فيُسلّم لك مثبت يحفظ النتيجة، ويحدد الطبيب نوعه وساعات لبسه. اقرأ **إرشاد المثبتات**، وإن بدأت العلاج فاقرأ **اللبس والعناية اليومية بالتقويم الشفاف**.

المقال توعوي عام، ولا يغني عن الفحص عند طبيبك.