



قبل البدء

خرافات شائعة عن تقويم الأسنان

29 ربيع الآخر 1448 هـ - 10 أكتوبر 2026 م

دقيقتان قراءة

د. محمد المحيميد - استشاري تقويم الأسنان



«التقويم للأطفال فقط»، و«يضعف الأسنان»، و«النتيجة دائمة بلا مثبت». عشر أفكار شائعة، وما يقوله الواقع عن كل منها.

أب وابنه

«أكثر ما يؤخر قرار التقويم معلومة خاطئة سمعها المريض قبل أن يسأل طبيبه.»

06

6. «كلما شدّ الطيب أكثر، انتهى العلاج أسرع»

الواقع: الأسنان تتحرك بسرعة يحددها الجسم، والقوة الزائدة لا تسرعها بل قد تؤذي الجذور واللثة. اقرأ **مدة التقويم، لماذا تختلف؟**

07

7. «يجب خلع أسنان في كل تقويم»

الواقع: كثير من الحالات تُعالج دون خلع. والخلع قرار يتخذ بعد التشخيص حين يكون الحل الأفضل. اقرأ **هل يلزم خلع أسنان في التقويم؟**

08

8. «ننتظر حتى تكتمل أسنان الطفل الدائمة ثم نراجع»

الواقع: يُنصح بالفحص الأول في سن السابعة تقريباً؛ فبعض المشكلات أسهل علاجاً في سن النمو. اقرأ **متى يحتاج طفلك إلى أول فحص تقويم؟**

09

9. «التقويم للمظهر فقط»

الواقع: التقويم يصحح العضة أيضاً، فيحسّن المضغ، ويسهل تنظيف الأسنان، ويقلل تأكلها وإصاباتها. اقرأ **العضة المعكوسة والعميقة والمفتوحة.**

10

10. «قوالب الإنترنت تكفي وتوفر المال»

الواقع: تحريك الأسنان علاج طبي يحتاج فحصاً للثة والعظم والجذور، وأشعة، ومتابعة. والتقويم دون إشراف قد يحرك الأسنان في اتجاه يضر اللثة والعضة، ويصعب إصلاحه لاحقاً.

11

والقاعدة

قبل أن تبني قرارك على ما سمعت، اسأل طبيبك، فالفحص

يسمع كثير من الناس عن التقويم معلومات من الأصدقاء والإنترنت، بعضها صحيح وكثير منها غير دقيق. وهذه أشهر الأفكار التي نسمعها في العيادة، وما يقوله الواقع عنها.

01

1. «التقويم للأطفال والمراهقين فقط»

الواقع: لا عمر محدد للتقويم ما دامت اللثة والعظم سليمين، وكثير من مرضى التقويم بالغون. اقرأ **التقويم للبالغين، هل فات الأوان؟**

02

2. «التقويم يُضعف الأسنان ويخلخلها»

الواقع: حركة الأسنان أثناء التقويم طبيعية ومؤقتة، وتستقر بعد العلاج. أما الذي يضر الأسنان فهو إهمال النظافة أثناء التقويم، أو التقويم دون إشراف طبي.

03

3. «النتيجة دائمة، ولا حاجة للمثبت»

الواقع: الأسنان تميل إلى العودة إلى مواضعها، وتتحرك ببطء طوال العمر. والمثبت هو ما يحفظ النتيجة. اقرأ **المثبت بعد التقويم.**

04

4. «التقويم مؤلم جداً»

الواقع: التركيب غير مؤلم، والأيام الأولى فيها ضغط وألم خفيف يزول خلال أسبوع تقريباً. اقرأ **الألم بعد تركيب التقويم.**

05

5. «التقويم الشفاف أضعف من الثابت»

الواقع: كلاهما فعال في الحالات المناسبة له. والفرق الأكبر في الالتزام: التقويم الشفاف يعمل بقدر ما يلبس. اقرأ **التقويم الشفاف، هل يناسبك؟**

وحده يقول ما يناسب حالتك. اقرأ زيارتك الأولى لطبيب
التقويم.

المقال توعوي عام، ولا يغني عن استشارة
طبيبك.

#معلومات خاطئة #قبل البدء #اختيار العلاج

د. محمد المحيبيد
استشاري تقويم الأسنان

