

دليل العناية بالأسنان والموارد



2026

الأقسام

1. العناية بصحة الفم في المنزل
2. التحضير لزيارة طبيب أسنان ناجحة
3. نبذة عن خطط Medi-Cal لطب الأسنان
4. تغطية وفواتير Medi-Cal لخدمات طب الأسنان
5. أخصائيو صحة الأسنان المتنقلون (RDHAPs)
6. تخدير الأسنان
7. خيارات خدمات طب الأسنان
8. دور ACRC في خدمات طب الأسنان

بيان الإفصاح:

ليس لمنشئ هذا المستند أي علاقات مالية أو انتماءات أو مصالح تجارية تتعلق بالموضوع. إن أي منتجات أو خدمات أو روابط مذكورة هي لأغراض تعليمية فقط ولا تعني أي تأييد.



القسم 1: العناية بصحة الفم في المنزل

تبدأ صحة الفم بالتنظيف اليومي بالفرشاة والخيط. بالنسبة لبعض الأشخاص، قد تكون العناية بالفم صعبة. لا بأس بذلك. يمكن أن تساعد النصائح أدناه في جعل الرعاية المنزلية أكثر سهولة وراحة. لمزيد من التفاصيل، راجع [Access for All Smiles Guide](#). يتم ذكر أرقام الصفحات بعد كل نصيحة.

تعرف على ما يسبب الشعور بعدم الارتياح

لاحظ ما يجعل تنظيف الأسنان بالفرشاة غير مريح. قد يشمل ذلك الطعم أو الملمس أو الصوت أو الضغط أو الشعور بالغثيان. نفذ التغييرات إن أمكن. راجع الصفحات 4-8 من [الدليل](#) لمزيد من الأفكار.

استخدام أدوات لطيفة ومتخصصة

جرب فرش الأسنان الناعمة أو المصنوعة من السيليكون، ومعجون الأسنان المعتدل أو غير المنكه، وفرش الأسنان الكهربائية الهادئة أو منخفضة الاهتزاز. توجد أدوات ومنتجات عديدة لاستكشافها وتجربتها. تقدم الصفحة 30 من [الدليل](#) اقتراحات عديدة رائعة لبدائل فرشاة الأسنان التقليدية وخيط تنظيف الأسنان.

حافظ على روتين ثابت

قد يكون التبديل من نشاط إلى آخر أمرًا صعبًا. قدّم تنبيهات واضحة مثل: «تبقّت خمس دقائق». استخدم المؤقتات أو الأغاني أو الصور أو الجداول الزمنية أو قوائم التحقق للمساعدة في الاستعداد لتنظيف الأسنان بالفرشاة. راجع الصفحات 4-8 والملحق A8 من [الدليل](#).

البداية خطوة بخطوة

تقدّم خطوة بخطوة. نظّف منطقة واحدة فقط بالفرشاة، أو استخدم الماء بدلاً من معجون الأسنان، أو نظّف أسنانك بالفرشاة لفترة قصيرة. ابدأ في زيادة الوقت ببطء مع تحسن الاعتياد والراحة. راجع الصفحات 4-8 من [الدليل](#).

تحويل تنظيف الأسنان بالفرشاة إلى نشاط ممتع وإيجابي

استخدم الألعاب أو اللعب التخيلي أو الأغاني أو تطبيقات تنظيف الأسنان بالفرشاة. يمكن لفرشاة الأسنان الممتعة أو أدوات التنظيف الموجهة بالفرشاة أن تزيد من الاهتمام والتعاون. راجع الملحق A8 من [الدليل](#).

تجربة أوضاع مختلفة

نظّف أسنانك بالفرشاة أثناء الجلوس أو الوقوف أو الاستلقاء. جرّب زوايا مختلفة للتعرف على ما يمنحك راحة أكبر. راجع الصفحات 27-29 من [الدليل](#).

تقديم الثناء والمكافآت

أثنِ على كل جهد، حتى لو كان خطوات صغيرة. استخدم التشجيع أو الملصقات أو المكافآت البسيطة لبناء الثقة. راجع الصفحة 7 من [الدليل](#) لمزيد من الأفكار.

التحلي بالصبر والمرونة

اضبط الأدوات والتوقيت والروتين ليناسب احتياجات الشخص. قد يكون التقدم بطيئًا، ولا بأس بذلك. راجع الصفحات 9-11 من [الدليل](#) للحصول على الكثير من النصائح اليومية الرائعة للعناية بالفم!



القسم 2: التحضير لزيارة طبيب أسنان ناجحة

يمكن أن يكون الذهاب إلى طبيب الأسنان أمرًا صعبًا بالنسبة لبعض الأشخاص. مع التحضير والدعم، يمكن أن تكون زيارات الأسنان أكثر هدوءًا ونجاحًا. لمزيد من التفاصيل، راجع [Access for All Smiles Guide](#)، الصفحات 22-26 والملحق A10.



التدرب في المنزل

يمكن لمقدمي الرعاية التدرب على أجزاء من زيارة طبيب الأسنان قبل الموعد:

- تدرب على الاستلقاء على مقعد أو على الأريكة
- سلط مصباحًا يدويًا باتجاه الفم
- نظف الأسنان باستخدام معجون أسنان مشابه لعيادة الأسنان
- استخدم مرآة وهمية وتدرب على عد الأسنان
- شغل مقاطع فيديو بأصوات عيادة الأسنان

قبل الزيارة

- استخدم قصة اجتماعية مع صور طبيب الأسنان والعيادة إن أمكن
- استخدم عبارات "أولًا/ثم" ووسائل دعم مرئية
- شاهد مقاطع الفيديو التي توضح ما يحدث عند طبيب الأسنان
- قم بزيارة عيادة الأسنان في وقت مبكر لمقابلة الموظفين ورؤية المكان
- اطلب حجز مواعيد في أوقات أكثر هدوءًا
- اسأل عن إمكانية تقصير مدة الزيارة أو تقسيمها إلى عدة زيارات إذا لزم الأمر

أثناء زيارة طبيب الأسنان

- شارك احتياجات المريض وتفضيلاته وتحدياته مع فريق طب الأسنان
- اطلب تخفيف شدة الإضاءة أو أحضر نظارة شمسية
- أحضر سماعات الرأس للاستماع إلى الموسيقى أو مشاهدة مقاطع الفيديو
- أحضر أشياء توفر الشعور بالراحة مثل الألعاب أو البطانيات ثقيلة الوزن
- استخدم وسائل أو أدوات التواصل المساعدة
- اطلب من طبيب الأسنان استخدام أسلوب «اشرح-أر-نفذ (Tell-Show-Do)» واجعل المريض يستخدم مرآة اليد



اختتم بملاحظة إيجابية! قدم الشناء والمكافآت على الجهد، حتى لو لم تكتمل الزيارة



يرجى زيارة الصفحة الرئيسية من **Access for All Smiles** من أجل استكشاف الدليل حسب الموضوع أو الفيديو أو للوصول إلى وحدات تدريب مقدمي الرعاية لمدة ساعة أو ساعتين.

القسم 3: نبذة عن خطط Medi-Cal لطب الأسنان

يغطي برنامج Medi-Cal خدمات العناية بالأسنان! ويختلف نوع خطة Medi-Cal لطب الأسنان التي يشترك فيها الشخص باختلاف مكان إقامته. فالأشخاص المسجلون في برنامج Medi-Cal والذين يعيشون في مقاطعة Sacramento يتمتعون بخطط رعاية مدارة خاصة للأسنان. أما بالنسبة للمقيمين في جميع المقاطعات الأخرى، فيوجد نوع واحد فقط من خطط طب الأسنان.

مقاطعة Sacramento

إذا كانت خطة Medi-Cal للشخص تتبع مقاطعة Sacramento، فإن لديه "خطة رعاية أسنان مدارة" من Medi-Cal. وتوجد ثلاث خطط للرعاية المدارة للأسنان في مقاطعة Sacramento، ويُسجّل الشخص في إحدى هذه الخطط:

- Liberty
- HealthNet
- DentaQuest

للمساعدة في العثور على طبيب أسنان:

يرجى الاتصال بخطة الرعاية المدارة لطب الأسنان من Medi-Cal المحددة للحصول على مساعدة في العثور على طبيب أسنان. *إذا لم يكن الشخص لديه خطة رعاية مدارة للأسنان من Medi-Cal، فاتصل بخيارات الرعاية الصحية (HealthCare Options) لمعرفة مزيد من المعلومات: 1-800-430-4263 ثم اتصل بالخطة مباشرة لطلب الإحالة إلى طبيب أسنان داخل الشبكة. يمكنك أيضًا النقر فوق الروابط أدناه للوصول إلى البحث في دليل مقدمي الرعاية عبر الإنترنت لكل خطة.

- خطة Liberty لطب الأسنان 888-703-6999 [البحث عن طبيب أسنان ضمن خطة Medi-Cal](#)
- خطة HealthNet لطب الأسنان 833-493-0428 [Health Net Medi-Cal Dental](#) | [Health Net](#)
- DentaQuest 833-479-1984 [تغطية California Medi-Cal لطب الأسنان](#) | [DentaQuest](#)

خارج مقاطعة Sacramento

(أو الأشخاص داخل مقاطعة Sacramento الذين لا تشملهم خطة رعاية مدارة من Medi-Cal للأسنان) يخضع الأشخاص الذين يعيشون خارج مقاطعة Sacramento لخطة Medi-Cal Dental مباشرة، والمعروفة أيضًا باسم "Fee-for-Service (FFS) Medi-Cal Dental". فيما يلي رقم الاتصال لطلب المساعدة في العثور على طبيب أسنان. ويمكنك أيضًا النقر على الرابط لاستكشاف البحث في دليل مقدمي الرعاية عبر الإنترنت.

- [البحث في دليل مقدمي الخدمات](#) Medi-Cal Dental 800-322-6384

الإحالات إلى الأخصائيين

في بعض الأحيان تكون هناك حاجة إلى إحالة لخدمات طب الأسنان المتخصصة. تشمل هذه الخدمات التخدير وخلع ضرس العقل وعلاج جذور الأسنان والمزيد. إذا كان الشخص يحتاج إلى إحالة لخدمات طب الأسنان المتخصصة، فاتبع أيًا من الخطوات التالية:

1. اطلب من طبيب الأسنان العام الإحالة
2. اتصل بخطة Medi-Cal لطب الأسنان لطلب إحالة
3. اطلب من منسق خدمات ACRC المساعدة للتواصل مع ACRC Dental Coordinator

القسم 4: تغطية وفواتير Medi-Cal

ماذا تغطي خطة Medi-Cal لخدمات طب الأسنان؟

تغطي جميع خطط Medi-Cal لطب الأسنان نفس المجموعة الكبيرة من الخدمات، وعادة ما تكون دون أي تكلفة، على الأطفال والبالغين. تتوفر الخدمات الوقائية مثل التنظيف والفحوصات والأشعة السينية وعلاج الفلورايد للأطفال كل 6 أشهر وللبالغين كل 12 شهرًا. كما تخضع الخدمات الترميمية والمتخصصة الأخرى للتغطية، بما في ذلك الحشوات والتيجان وعلاج الجذور وخلع الأسنان وأطقم الأسنان والتخدير وخدمات طب الأسنان الطارئة. يرجى زيارة موقع Smile, CA الإلكتروني للاطلاع على قائمة تفصيلية كاملة بالخدمات المغطاة حسب الفئة العمرية: [Covered Services | Smile, CA](#)

ما الخيارات المتاحة إذا تلقى الشخص فاتورة مقابل خدمات طب الأسنان؟

تغطي جميع خطط Medi-Cal Dental خدمات الأسنان الضرورية طبياً لضمان استعادة المريض لصحة فمه الجيدة. وفي حال استلام فاتورة مقابل خدمات طب الأسنان، فعادة ما تكون مقابل الخدمات غير المغطاة التي يمكن اعتبارها علاجات مساعدة أو اختيارية أو تجميلية. تشمل بعض الخدمات الشائعة غير المغطاة التي قد يقوم طبيب الأسنان بإصدار فاتورة لها: ترقيع العظام والأغشية، والعلاجات بالليزر، والتيجان البيضاء المتخصصة، وزراعة الأسنان، والمزيد.

إذا أوصى طبيب الأسنان بخدمات غير مغطاة بتكلفة عالية لا تغطيها الخطة، يحق للمريض طلب الخدمات التي يغطيها برنامج Medi-Cal فقط، وطلب اتباع طبيب الأسنان لقواعد برنامج Medi-Cal لتأمين الخدمات المغطاة من Medi-Cal قبل العلاج. [(B&P Code § 654.3(h)(1)]. "معلومات إضافية هنا:

https://dental.dhcs.ca.gov/MCD_documents/providers/provider_bulletins/Volume_41_Number_03.pdf

قد يتشاور منسق خدمات ACRC مع منسق ACRC لطب الأسنان لمناقشة أي رسوم لا تغطيها الخطة قد يتكبدها المريض.

ما هي الخيارات المتاحة في حالة طوارئ الأسنان؟

إذا كان الشخص يعاني من ألم شديد، أو إذا كانت هناك علامات للعدوى مثل الحمى أو التورم أو الخُراج، فيجب عليه طلب الرعاية الفورية. ويمكن اعتبار الرعاية الفورية أحد الخيارات التالية: قسم الطوارئ أو الرعاية العاجلة أو تحديد موعد عاجل مع طبيب الأسنان أو طبيب الرعاية الأولية. لمزيد من المعلومات حول كيفية التعامل مع حالات طوارئ الأسنان، راجع الصفحات من 19 إلى 21 من [Access for All Smiles Guide](#).

إذا احتاج فريق التخطيط إلى مزيد من المساعدة في العثور على الموارد لاحتياجات طب الأسنان العاجلة، فقد يتشاور منسق خدمة عميل ACRC مع منسق طب الأسنان في ACRC لاستكشاف الخيارات.

القسم 5: أخصائيو صحة الأسنان المتنقلون (RDHAPs)



"RDHAP" تعني أخصائي صحة الأسنان المسجل في العيادة البديلة



من هم أخصائيو RDHAP؟

أخصائيو RDHAP هم أخصائيو صحة أسنان لديهم معدات طب أسنان محمولة، مما يسمح لهم بتقديم خدمات طب الأسنان للأشخاص في منازلهم، وبرنامج الرعاية النهارية، والبيئات المجتمعية الأخرى.

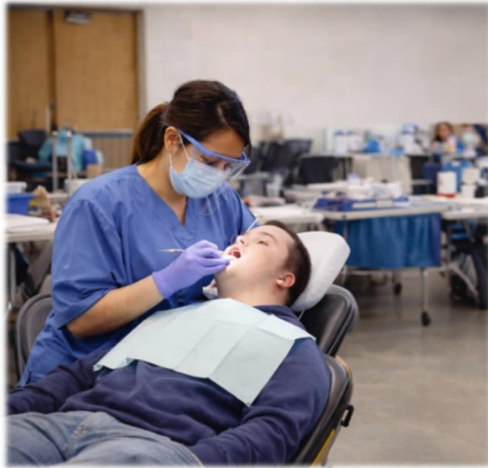
ما هي أنواع خدمات طب الأسنان التي يقدمها أخصائيو RDHAP؟

خدمات تنظيف الأسنان والأشعة السينية وعلاجات الفلورايد والحشوات المؤقتة والمزيد. كما يوفر أخصائيو RDHAP أيضًا معلومات قيمة عن صحة الفم، واستشارات غذائية، ونصائح حول كيفية تحسين العناية المنزلية بالفم، وخدمات إزالة التحسس تجاه علاج الأسنان، ويمكن أن يوفر الإحالات المناسبة لخدمات طب الأسنان حسب الحاجة.

هل يقبل أخصائيو RDHAP خطة Medi-Cal Dental وغيرها من خطط تأمين الأسنان؟

نعم، يقبل معظم أخصائيو RDHAP خطة Medi-Cal Dental. وجميع الخدمات التي يقدمها أخصائيو RDHAP مغطاة بموجب خطط Medi-Cal Dental. بالنسبة للخدمات الإضافية التي تتجاوز معدل تكرار Medi-Cal أو قيود التغطية، ضع في اعتبارك بدء مناقشة ذلك مع فريق التخطيط. وإذا كان فريق التخطيط مهتمًا باستكشاف خدمات RDHAP، فيمكن لمنسق الخدمة تقديم قائمة بأخصائي RDHAP المحليين.

توجه دعوة لعملاء ACRC للانضمام إلى عيادة أسنان مؤقتة مع أخصائي RDHAP المحليين!



توجه دعوة للعملاء لحضور فعاليات طب الأسنان الممتعة التي تركز على العمل مع أخصائي RDHAP والتي تعقد في بيئات مجتمعية مريحة! **وتنظم هذه الفعاليات كل بضعة أشهر.** اسأل منسق خدمة العميل للحصول على مزيد من المعلومات؛ حيث يمكن لمنسق الخدمة استشارة منسق ACRC لطب الأسنان في ما يتعلق بالفعاليات القادمة المتاحة!

القسم 6: تخدير الأسنان

حتى مع وجود العديد من التسهيلات والتعديلات، قد لا يزال بعض الأشخاص يواجهون تحديات في إكمال زيارة الأسنان بنجاح. وقد يكون تخدير الأسنان ضروريًا لكي يتلقى الشخص رعاية شاملة للأسنان.

من المهم أن تعرف أن هناك مستويات عديدة مختلفة متاحة للتخدير. وإذا كانت هناك حاجة إلى التخدير لعلاج الأسنان، فيفضل اختيار مستوى التخدير الأقل تقييدًا من المستويات المتاحة بناءً على احتياجات الفرد.

خيارات مستويات التخدير

تشرح المعلومات والرسم البياني أدناه خيارات مستويات التخدير المتاحة، بدءًا من الأقل تقييدًا (1) إلى الأكثر تقييدًا (5). هذه أمثلة ويمكن أن تختلف بحسب الحالة.

1. **التهيئة الدوائية قبل العلاج** - يمكن تناول الأدوية المضادة للقلق قبل زيارات الأسنان
2. **الحد الأدنى من التخدير** - يمكن إعطاء غاز الضحك أثناء الزيارة لتعزيز الاسترخاء
3. **التخدير المعتدل** - التخدير الفموي باستخدام الأدوية الموصوفة للحث على استرخاء أعمق
4. **التخدير العميق** - يعطى من خلال الوريد، يشعر المريض بالنعاس ولكن لا يزال بإمكانه الاستجابة للمنبهات
5. **التخدير العام** - يكون المريض فاقدًا للوعي تمامًا، وعادة ما يُجرى في مركز جراحي أو مستشفى



يوجد في نطاق الخدمة الخاص بـ ACRC العديد من مقدمي خدمات طب الأسنان الذين يمكنهم توفير مستويات مختلفة من التخدير أثناء زيارة طبيب الأسنان. ويمكن للمريض ومقدمي الدعم له مناقشة الخيارات المناسبة للتخدير مع الفريق الطبي وفريق طب الأسنان. كما يمكن لمنسق خدمات ACRC استشارة منسق ACRC لطب الأسنان للحصول على المساعدة في تحديد مقدمي الخدمة الذين يمكنهم تقديم المستوى المناسب الموصى به من التخدير.

القسم 7: خيارات خدمات الأسنان

عندما يتعلق الأمر بخدمات طب الأسنان، تتوفر مجموعة كبيرة من الخيارات المصممة لتلبية الاحتياجات الفردية لكل شخص. فبينما يمكن لبعض الأشخاص الحصول على الرعاية بانتظام في عيادات الأسنان التقليدية، قد يحتاج البعض الآخر إلى دعم إضافي أو تخدير. ويساعد فهم مجموعة خدمات الأسنان المتاحة على ضمان حصول كل شخص على الرعاية التي تلي احتياجاته الفريدة على أفضل وجه.

نطاق خدمات طب الأسنان

1. **عيادة الأسنان التقليدية:** للأشخاص المستعدين لتلقي الرعاية في عيادة الأسنان. ويمكن لمنسق خدمات ACRC ومنسق طب الأسنان المساعدة في استكشاف أطباء الأسنان المحليين الذين يقبلون خطة طب الأسنان للشخص ويمكنهم تلبية احتياجاتهم.
2. **عيادات الأسنان المؤقتة:** للراغبين في حضور عيادة مؤقتة مصممة خصيصًا لعملاء ACRC. ويمكن لفريق التخطيط العمل مع منسق الخدمة ومنسق طب الأسنان لتحديد موعد زيارة مع أخصائي RDHAP أو طبيب أسنان.
3. **خدمات RDHAP المنزلية:** للأشخاص الذين يفضلون الرعاية المنزلية. حيث يزور أخصائيو صحة الأسنان المتنقلون (RDHAP) منزل الشخص لتقديم مجموعة كبيرة من خدمات طب الأسنان الوقائية.
4. **إزالة التحسس تجاه علاج الأسنان:** للأشخاص الذين يحتاجون إلى وقت إضافي ليصبحوا مرتاحين للعناية بالأسنان. ويمكن أن يوفر بعض أخصائي RDHAP زيارات تدريجية ومتكررة في المنزل لبناء الراحة والاعتiad خلال جلسات متعددة.
5. **تخدير الأسنان:** للأشخاص الذين يحتاجون إلى رعاية أسنان تحت مستوى معين من التخدير. يمكن لفريق التخطيط العمل مع منسق الخدمة ومنسق طب الأسنان للمساعدة في استكشاف مقدمي الخدمة الذين يمكنهم تقديم خيارات التخدير المناسبة إذا لزم الأمر.



تخدير الأسنان

للأشخاص الذين قد يحتاجون إلى تخدير الأسنان

إزالة التحسس تجاه علاج الأسنان

للأشخاص الذين يحتاجون إلى مزيد من الوقت ليصبحوا مرتاحين مع العناية بالأسنان

خدمات RDHAP المنزلية

للأشخاص الذين يشعرون براحة أكبر مع خدمات طب الأسنان في المنزل

عيادة الأسنان المؤقتة

للأشخاص المهتمين بحضور عيادة أسنان مؤقتة

عيادة الأسنان التقليدية

للأشخاص المستعدين للحصول على رعاية الأسنان في عيادة الأسنان التقليدية

القسم 8: دور ACRC في خدمات طب الأسنان

على الرغم من تغطية خدمات طب الأسنان بشكل أساسي في الموارد العامة مثل خطة Medi-Cal لطب الأسنان وخطط طب الأسنان الخاصة الأخرى، فإن ACRC يؤدي دور في دعم العملاء لضمان وصولهم إلى خدمات طب الأسنان التي يمكن أن تلبي احتياجاتهم.

- **تعظيم الموارد:** مساعدة العملاء على استخدام موارد طب الأسنان العامة المتاحة.
- **التواصل مع مقدمي الخدمات المحليين:** مساعدة العملاء على استكشاف خيارات مقدمي خدمات طب الأسنان الذين يمكنهم تلبية احتياجات محددة.
- **الوصول إلى الخدمات المتعاقد عليها:** دعم العملاء في استخدام موارد طب الأسنان المتعاقد عليها من خلال ACRC.
- **الدعم المستمر:** التشاور مع منسقي الخدمة لتلبية أي وجميع احتياجات طب الأسنان.

منسق ACRC لطب الأسنان

يعد منسق ACRC لطب الأسنان موردًا داخليًا لمنسقي خدمات ACRC ومديري خدمات العملاء لدعم العملاء في الوصول إلى خدمات طب الأسنان الأكثر ملاءمة والأقل تقييدًا. إن وظيفة منسق طب الأسنان في مركز ACRC هي وظيفة استشارية بطبيعتها ولا يمكنها تقديم علاج أو خدمات طب الأسنان مباشرة للعملاء.

إذا كنت تعتقد أن استشارة منسق ACRC لطب الأسنان ضرورية لتلبية احتياجات الأسنان المحددة كما هو موضح في هذه الوثيقة، فيرجى الاتصال بمنسق خدمات ACRC.