

Diyabet ve ağız sağlığı



Diyabetli kişilerde ağız sağlığına ilişkin problemlerin görülme sıklığı artar.

Ağız sağlığını korumak için yapabilecekleriniz:

- Kan şekerinizi kontrol etmek
- Düzenli olarak dişlerinizi fırçalamak ve diş ipi kullanarak plak oluşumunu önlemek
- Diş hekiminize düzenli olarak kontrole gitmek

Hangi problemlere ilişkin daha yüksek bir risk altındayım?

- Diş eti iltihabı (gingivitis)
- Periodontit (ileri seviye diş eti iltihabı)
- Pamukçuk (ağızda oluşan bir mantar)
- Ağız kuruluğu (ülser, ağrı, enfeksiyon ve diş çürüklerine neden olabilir)

Diş eti iltihabı (gingivitis)

Kaşınma, şişme ve kanamaya sebep olan, erken dönem diş eti iltihabıdır. Diş eti hastalığı söz konusu olduğunda, bakteriler diş etlerinizi ve dişlerinizin etrafındaki kemikleri yok etmeye çalışır. Bu süreç, plak adı verilen yemek, tükürük ve bakterilerden oluşan yapışkan bir tabaka ile başlar. Plak ve tartarı temizlemezseniz, yumuşak şekilde diş fırçalamak bile dişlerinizi kanatabilir.

Periodontit

Eğer kan şekeriniz çok yüksekse, ciddi bir diş eti rahatsızlığıyla karşılaşma ihtimaliniz de yüksektir. Bunun nedeni sizin bakteriyel enfeksiyonlara karşı daha dayanıksız olmanız ve diş etlerinizdeki bakterilerle savaşmanın daha zor olmasıdır.

Eğer herhangi bir müdahalede bulunulmazsa,

enfeksiyon dişlerinizin etrafındaki kemikleri yok edebilir ve dişleriniz yerinden oynayarak gevşeyebilir. Böyle bir durum gerçekleşirse, dişlerinizi koruyabilmek için ameliyata ihtiyacınız olabilir. Dişleriniz düşebilir veya çekilmesi gerekebilir.

Bütün enfeksiyonlar gibi, diş eti hastalığı da kan şekerinizin artmasına neden olabilir ve diyabetinizin kontrolünü zorlaştırabilir.

Ağız kuruluğu

Kimi zaman ağzınızın kuruduğunu fark edebilirsiniz. Bu durum aldığınız ilaçlardan veya yüksek kan şekerinizden kaynaklanabilir. Ağız kuruluğu diş çürüğü riskini artırır, çünkü tükürüğünüz içindeki asitlerle ağzınızı bakteri ve mikroplardan olabildiğince temizler. Ağız kuruluğu aynı zamanda tükürük bezi iltihabına da neden olabilir.

Eğer ağız kuruluğu çekiyorsanız, daha çok şekersiz içecekler içip şekersiz sakız çiğneyerek tükürüğünüzü arttırmaya gayret gösteriniz.

Pamukçuk

Ağız içindeki bir mantar enfeksiyonundan kaynaklanır. Pamukçuğu kontrol etmek için kan şekerinizi de kontrol altında tutarak sigara içmemeniz gerekir. Eğer takma diş kullanıyorsanız, günlük olarak bunları temizleyiniz.

Diyabetim hakkında diş hekimime bilgi vermeli miyim ?

Diyabetiniz, kan şekeri ayarınız ve kullandığınız ilaçlar konusunda diş hekimimizi bilgilendirmelisiniz. Kan şekeri kontrolü iyi değil ise acil olmayan diş müdahaleleri ertelenmelidir.