

بیماری شکر و صحت دهان و دندان

این ورقه معلوماتی توضیح می دهد که چگونه بیماری شکر می تواند بر صحت دهان شما تأثیر بگذارد و چگونه حفظ صحت دهان خوب می تواند بر بیماری شکر شما تأثیر مثبت بگذارد.

بیماری شکر چه تأثیری بر صحت دهان و دندان من دارد؟

فرد مبتلا به بیماری شکر کنترل-نشده در مقایسه با فرد مبتلا به بیماری شکر کنترل-شده دو برابر بیشتر به بیماری بیره مبتلا می شود.

بیماری بیره نه تنها بیره ها بلکه استخوان هایی که دندان ها را حمایت می کنند را نیز تحت تأثیر قرار می دهد. بنابراین بیماری بیره درمان-نشده می تواند منجر به از دست دادن دندان شود. برای معلومات بیشتر در مورد بیماری بیره، از دندانپزشک خود پرسان کنید.

صحت دهان و دندان چه تأثیری بر بیماری شکر من دارد؟

بیماری بیره یک بیماری التهابی است که در نتیجه وجود مگ دندان در دهان ایجاد می شود. عفونت طولانی مدت، مانند بیماری بیره درمان-نشده، می تواند کنترل سطح گلوکز را دشوار کند.

برای کاهش خطر بیماری بیره چه باید بکنم؟

- دو بار در روز با برس نرم برس بزنید تا مگ دندان ها و بیره های شما از بین برود.
- روزانه بین دندان های خود را با نخ دندان یا برسک های بین دندانی پاک کنید.
- دندان مصنوعی باید روزانه پاک شود تا مگ از بین برود.
- سیگرت را ترک کنید تا صحت دندان و صحت عمومی خود را بهبود ببخشید.
- به طور منظم به دندانپزشک مراجعه کنید. توصیه می شود فرد مبتلا به بیماری شکر هر شش ماه یکبار معاینه دندانپزشکی انجام دهد.
- چرک دندان (مگ) ایجاد شده باید به صورت منظم به طور حرفه ای پاک شود.

سایر بیماری های دهان و دندان مرتبط با بیماری شکر

- **پوسیدگی دندان:** بیماری شکر بزاق دهان شما را تغییر می دهد. سطوح بالاتر گلوکز (شکر) در بزاق اطراف دندان ها وجود دارد. پوسیدگی دندان زمانی رخ می دهد که باکتری های موجود در مگ دندان شکر و کربوهیدرات های تصفیه شده را به اسید تبدیل می کنند. بنابراین، سطح بالاتری از گلوکز (شکر) در بزاق دندان ها را در معرض خطر بیشتری برای پوسیدگی دندان قرار می دهد. برای معلومات بیشتر در مورد پوسیدگی دندان، از دندانپزشک خود پرسان کنید.
- **خشکی دهان:** Xerostomia (خشکی دهان) یک عارضه خوراکی بیماری شکر است. علت این امر ناشناخته است اما ممکن است مربوط به polyuria (تولید مقادیر غیر طبیعی زیاد ادرار) یا تغییرات در غدد بزاقی باشد. خشکی دهان ممکن است خطر پوسیدگی دندان و بیماری بیره را افزایش دهد. اگر از خشکی دهان رنج می برید، کارشناس دندانپزشکی شما می تواند معلومات و مشاوره بیشتری ارائه دهد.
- **عفونت های دهانی:** بیماری شکر و خشکی دهان خطر عفونت های دهانی مانند برفک را افزایش می دهد. بهبود زخم پس از کشیدن دندان یا جراحی دهان نیز ممکن است بیشتر طول بکشد.

آیا باید به دندانپزشکم درباره بیماری شکر ام بگویم؟

بحث در مورد بیماری شکر با دندانپزشک به آنها کمک می کند تا یک پلان مراقبتی صحت دهان و دندان را برای کمک به حفظ دهان سالم تهیه کنند.
اگر دندانپزشک شما از وضعیت بیماری شکر شما آگاه است، می توانید برای زمانی که سطح انسولین شما پایدارتر است (به عنوان مثال در صبح) وعده ملاقات بگیرید.

به یاد داشته باشید

- اگر بیماری بیره تان کنترل شود، کنترل سطح شکر خون شما آسان تر خواهد بود.
- اگر بیماری شکر تان کنترل شود، عوارض کمتری یا کمتر-شدید برای صحت دهان و دندان خواهید داشت در مقایسه با اینکه اگر بیماری شکر تان کنترل نشود.

برای کسب معلومات بیشتر

- با دندانپزشک خود تماس بگیرید
- از www.health.qld.gov.au/oralhealth بازدید کنید
- برای مشاوره صحت محرمانه 24 ساعت در روز، هفت روز در هفته با 13 HEALTH یا (13 43 25 84) تماس بگیرید
- به oral_health@health.qld.gov.au ایمیل روان کنید

© The State of Queensland, Queensland Health, 2024.