
Il diabete e la tua salute orale

Questa scheda informativa spiega come il diabete può influire sulla salute orale e come il mantenimento di una buona salute orale può influenzare positivamente il diabete.

In che modo il diabete influisce sulla mia salute orale?

Una persona con diabete non controllato ha il doppio delle probabilità di sviluppare malattie gengivali rispetto a una persona con diabete controllato.

Le malattie gengivali non colpiscono solo le gengive ma anche le ossa che sostengono i denti. Le malattie gengivali non trattate possono quindi portare alla perdita dei denti. Per ulteriori informazioni sulle malattie gengivali, chiedi al tuo dentista.

In che modo la salute orale influisce sul mio diabete?

La malattia gengivale è una malattia infiammatoria derivante dalla presenza di placca dentale nella bocca. Un'infezione a lungo termine, come una malattia gengivale non trattata, può rendere difficile il controllo dei livelli di glucosio.

Cosa devo fare per ridurre il rischio di malattie gengivali?

- Spazzolare con uno spazzolino morbido due volte al giorno per rimuovere la placca dai denti e dalle gengive.
- Pulisci quotidianamente gli spazi interdentali con il filo interdentale o gli scovolini interdentali.
- Le protesi dovrebbero essere pulite ogni giorno per rimuovere la placca.
- Smetti di fumare per migliorare la tua salute dentale e generale.
- Visita regolarmente il tuo dentista. Si raccomanda che una persona con diabete si sottoponga a un controllo dentale ogni sei mesi.
- L'accumulo di tartaro (tartaro) deve essere pulito regolarmente dai denti da un professionista.

Altre condizioni di salute orale associate al diabete

- **Carie:** Il diabete modifica la saliva in bocca. Livelli più elevati di glucosio (zucchero) sono presenti nella saliva che circonda i denti. La carie si verifica quando i batteri presenti nella placca dentale convertono lo zucchero e i carboidrati raffinati in acidi. Pertanto, un livello più elevato di glucosio (zucchero) nella saliva espone i denti a un rischio maggiore di carie. Per ulteriori informazioni sulla carie, chiedi al tuo dentista.
- **Bocca asciutta:** La xerostomia (secchezza delle fauci) è una complicanza orale del diabete. La causa di ciò è sconosciuta, ma potrebbe essere correlata alla poliuria (la produzione di quantità anormalmente elevate di urina) o ad alterazioni delle ghiandole salivari. Avere la bocca secca può



aumentare il rischio di carie e malattie gengivali. Il tuo dentista può fornirti maggiori informazioni e consigli se soffri di secchezza delle fauci.

- *Infezioni orali:* Il diabete e la secchezza delle fauci aumentano il rischio di infezioni orali come il mugugno. Anche la guarigione delle ferite dopo estrazioni o interventi di chirurgia orale può richiedere più tempo.

Dovrei dire al mio dentista del mio diabete?

Discutere del tuo diabete con il tuo dentista lo aiuterà a mettere a punto un piano di assistenza sanitaria orale per aiutarti a mantenere una bocca sana.

Se il tuo dentista è a conoscenza del tuo stato di diabete, è possibile fissare appuntamenti negli orari in cui il livello di insulina è più stabile (ad esempio al mattino).

Ricordare

- Se la malattia gengivale è sotto controllo, è probabile che il livello di zucchero nel sangue sia più facile da controllare.
- Se il tuo diabete è sotto controllo, avrai complicazioni di salute orale minori o meno gravi rispetto a quando il tuo diabete non è controllato.

Per maggiori informazioni

- Contatta il tuo dentista
- Visita www.health.qld.gov.au/oralhealth
- Chiama 13 HEALTH (13 43 25 84) per consigli sanitari riservati 24 ore su 24, sette giorni su sette
- Email oral_health@health.qld.gov.au