

---

## 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](http://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](mailto:oral_health@health.qld.gov.au)