
Sakit sa gilagid

Ipinapaliwanag ng fact sheet na ito ang dalawang pinakakaraniwang anyo ng sakit sa gilagid: gingivitis at periodontitis.

Ano ang gingivitis?

Ang gingivitis ay pamamaga na nakakaapekto lamang sa gilagid. Ang plaka ay nagiging sanhi ng mga gilagid na maging mapula, namamaga at mahapdi kapag mahipo. Ang gilagid ay madaling dumugo kung magsipilyo ka.

Ang gingivitis ay nagagamot, gayunpaman, kung hindi ito ginamot, maaari itong humantong sa mas malubhang kondisyon na tinatawag na periodontitis.

Ano ang periodontitis?

Ang periodontitis ay isang malubha at hindi naibabalik na anyo ng sakit sa gilagid. Ang periodontitis ay nagdudulot ng malalim na pamamaga ng mga gilagid na nakakaapekto sa buto na humahawak sa ngipin. Ang periodontitis ay kadalasang unti-unting lumalala at kadalasan ay hindi masakit.

Kung binayaang hindi magamot, maaaring sisirain ng periodontitis ang kabit na humahawak ng ngipin sa loob ng buto at nag-iiwan ng espasyo o butas kung saan mangungulekta ng mas maraming bakterya at hahantong sa permanenteng pagkawala ng buto. Ang mga ngipin ay luluwag at maaaring tuluyang mawawala.

Ano ang mga palatandaan ng sakit sa gilagid?

- dumudugong gilagid kapag ikaw ay nagsipilyo ng ngipin
- masamang hininga o masamang lasa sa iyong bibig
- pamumula at pamamaga
- umurong na mga gilagid
- sensitibong mga ngipin, at/o
- maluwag na mga ngipin.

Ano ang sanhi ng sakit sa gilagid?

Ang pangunahing sanhi ng sakit sa gilagid ay ang bakterya sa plake. Ang walang kulay at malagkit na lamat na ito ay naglalaman ng milyon-milyong bakterya at patuloy na nabubuo sa mga ngipin.

Mga kadahilanan ng sakit sa gilagid

- Ang plaka na hindi nalilinis bawat araw ay maaaring mabuo at tumigas na magiging dental calculus (tartar). Namumuo ang calculus sa itaas at ibaba ng gilagid at hindi maalis sa pamamagitan ng toothbrush. Kung mayroong calculus, ang mga ngipin ay hindi malinis na maayos.



- Ang hindi magandang hugis na mga pasta, partial dentures (hindi kumpletong pustiso), mga crown at mga bridge ay maaaring magpapahirap sa pag-alis ng plaka (plaque).
- Habang tumatanda ka, mas nanganganib ang iyong bibig mula sa sakit sa gilagid.
- Ang ilang mga kondisyon ay maaaring magpalala ng umiiral na periodontitis (hal. pagbubuntis, diabetes at mga sakit sa naturalesa o immune disorders).
- Ang paninigarilyo ay nagpapalala ng periodontitis at maaaring magtago sa problema sa pamamagitan ng pagbawas ng suplay na dugo sa gilagid.

Ano ang dapat kong gawin upang mabawasan ang panganib ng sakit sa gilagid?

- Magsipilyo at mag-floss dalawang beses kada-araw upang maalis ang plaka.
- Ang mga partial dentures ay kailangang maingat na idinisenyo at dapat lamang na gawin pagkatapos magamot ang periodontitis. Sa karamihan ng mga kaso, hindi dapat magsuot ng partial dentures habang natutulog.
- Bisitahin ang iyong dentista nang regular. Tutulungan ka ng iyong dental practitioner na bumuo ng mabisang paraan ng paglilinis ng ngipin. Ang pagkakaroon ng propesyonal na paglilinis ng isang dental practitioner ay isang mahalagang bahagi ng paggamot sa sakit sa gilagid. Tinatanggal nito ang calculus (tartar) mula sa mga ngipin at ibabaw ng ugat, na nagbibigay-daan sa pagkumpuni ng gilagid. Maaaring kailanganing kumpletuhin ang pagpapagamot sa loob ng ilang mga appointment. Ang pagpapagamot ay hindi dapat ipagpaliban.
- Ang pangmatagalang tagumpay ay maaaring makamit sa pamamagitan ng kumbinasyon ng araw-araw na pag-alis ng plaka sa bahay (pagsisipilyo at flossing) at regular na pagsubaybay at paglilinis ng iyong dentista.

Tandaan

- Ang mga ngipin ay dapat na tumagal ng panghabambuhay. Ang pagkawala ng ngipin dahil sa sakit sa gilagid ay hindi maiiwasang bahagi ng pagtanda.
- Ang epektibong araw-araw na pagtanggap ng plaka at propesyonal na paglilinis ng ngipin ng propesyonal ay pipigil at/o mamamahala ng sakit sa gilagid.
- Regular na bisitahin ang iyong dentista para sa mga check-up at pangangalagang panghadlang.

Para sa karagdagang impormasyon

- Makipag-ugnayan sa iyong dentista
- Bisitahin ang www.health.qld.gov.au/oralhealth
- Tumawag sa 13 HEALTH (13 43 25 84) para sa kumpidensyal na payo sa kalusugan 24 oras sa isang araw, pitong araw sa isang linggo
- Mag-email sa oral_health@health.qld.gov.au