ሕማም ግርጻን

እዚ ሓበሬታ ብዛዕባ እቲ ልሙድ ዝኾነ ኽልተ ዓይነት ሕማም ግርጻን ይገልጽ፣ እዚ ኸኣ ጂንጀቫይተስን ፐሪዮዶንታይቲስን እዩ ።

ጂንጀቫይተስ እንታይ እዩ ?

ጂንጀቫይተስ ግርጻን ጥራይ ዘጥቅዕ ነድሪ እዩ። እቲ ዝተኣከበ ርስሓት ነቲ ግርጻን ከም ዚቖይሕ፣ ከም ዚሓብጥን ከም ዝዕንትርን ይገብሮ። እቶም ግርጻናት ክትምውጹ እንከለኹም ብቐሊሉ ደሙ ይወጹ።

ጂንጀቫይተስ ክምለስ ይኽእል'ዩ፣ ይኹን እምበር እንተ ዘይተሓኪሙ ናብ'ቲ ካብኡ ዝኸፍአ ዝኾነ ኹነታት ፐሪዮዶንታይቲስ ኪመርሕ ይኽእል እዩ ።

ፐሪዮዶንታይትስ እንታይ እዩ ?

ፐሪዮዶንታይቲስ ከቢድን ዘይምለስን ዓይነት ሕማም ግርጻን እዩ። ፐሪዮዶንታይቲስ ዓሚቝ ነድሪ ግርጻን ስለ ዜስዕብ ነቶም ኣስናን ኣብ ቦትኡ ዚሕዙ ኣዕጽምቲ ይጸልዎም እዩ ። ፐሪዮዶንታይቲስ መብዛሕትኡ ግዜ ቐስ እናበለ ዝዓቢ፣ ብዙሕ ግዜ ኸኣ ቃንዛ የብሉን።

ከይተሓከመ እንተ ተሪፉ፣ ፐሪዮዶንታይቲስ ነቲ ስኒ ምስ ኣዕጽምቲ ዝሕዞ መእሰሪ ከዕንዎ ይኽእል፣ ኣብ ክንድኡ ብዙሓት ባክተርያታት ዝእከቡሎም ቦታታት ወይ 'ጁባታት' ብምግዳፍ ናብ ቀዋሚ ዕንወት ኣዕጽምቲ ከምርሑ ይኽእሉ። እተን ነቕነቕ ዝበላ ኣስናንኩም ኣብ መወዳእትኡ ክወጻ ይኽእላ።

ምልክታት ሕማም ግርጻን እንታይ እዮም?

- ኣስናንኩም ክትምውጹ እንከለኹም ግርጻንኩም ይደሚ
- ሕማቕ ሽታ ወይ መቐረት ኣፍኩም
- ምቕያሕን ምሕባጥን
- እናጕደለ ዚኸይድ ግርጻን
- ተነቀፍቲ ኣስናንን/ወይ ከኣ
- ነቕነቕ ዝብሉ ኣስናን።

ሕማም ግርጻን እንታይ የምጽኦ?

ቀንዲ ጠንቂ ሕማም ግርጻን ባክተርያ ዝሓዘ ርስሓት ስኒ ወይ ባዕካኽ እዩ። እዚ ሕብሪ ዘይብሉን ዝጠብቕን ሽፋን ብሚልዮናት ዚቝጸሩ ባክተርያ ይሕዝ፣ ብቀጻሊ ከኣ ኣብ ዙርያ'ቶም ኣስናን ይስራሕ።

ናብ ሕማም ግርጻን ኣበርክቶ ዚገብሩ ረቛሒታት

- መዓልታዊ ዘይጽረግ ርስሓት ስኒ በብቑሩብ ክእከብን ነቍጹ/ተሪሩ ናብ ካልኩለስ (ታርታር) ክቕየር ይኽእል እዩ። ካልኩለስ ኣብ ልዕሊን ትሕቲን ግርጻን ይህነጽ፣ ብምምዋጽ ስኒ ኺውገድ ኣይክእልን እዩ። ካልኩለስ እንተሃልዩ እቶም ኣስናን ብግቡእ ክጸርዩ ኣይክእሉን እዮም።

- ቅርጾም ብግቡእ ዘይሓዙ ዝተመልኡ ኣስናን፣ ከፊል ሰብሰርሖ ኣስናን፣ መሸፈኒ ኣኽሊላትን መእሰሪ ድንድላትን ነቲ ዝተኣከበ ርስሓት ንምልጋስ ኣዝዩ ኣጸጋሚ ክገብርዎ ይኽእሉ።

- ዕድመ እናደፋእኩም ብዝኸድኩም መጠን ኣፍኩም ሕማም ግርጻን ከጋጥሞ ዝለዓለ ተኽእሎ ኣሎ።

- ገለ ጸገማት ጥዕና ነቲ ዝጸንሐ ፐሪዮዶንታይቲስ ከጋድድዎ ይኽእሉ (ንኣብነት ጥንሲ፣ ሽኮርያ ከምኡውን ጸገማት ኣብ ስርዓተ ምክልኻል ሕማምን)።

- ምትካኽ ሽጋራ ንፐሪዮዶንታይቲስ የጋድዶ፣ ቀረብ ደም ናብ ግርጻን ብምንካይ ድማ ነቲ ጸገም ክሓብኦ ይኽእል።

ተኽእሎ ሕማም ግርጻን ንምቕናስ እንታይ ክገብር ኣሎኒ?

- ዝእከብ ርስሓት ንምጽራግ ስንኹም ኣብ መዓልቲ ክልተ ሳዕ መውጽዎን ሰቕስቕዎን።

- ኽፊል ሰብሰርሖ ኣስናን ብጥንቃቐ ክስርሑ ኣለዎም፣ ፐሪዮዶንታይቲስ ምስ ተሓከመ ጥራይ እዩ ከኣ ክስርሑ ዘለዎም። መብዛሕትኡ ግዜ ኣብ ግዜ ድቃስኩም ኽፊል ሰብሰርሖ ስኒ ክትጥቀሙ የብልኩምን።

- ናብ ሓኪም ስኒኹም ኣዘውቲርኩም ኪዱ። ሓኪም ስኒኹም ንኣጸራርያ ስኒ ዚሕግዝ ውጽኢታዊ ሜላ ከተማዕብሉ ኪሕግዘኩም እዮም። ክኢላዊ ምጽራይ ብሓኪም ስኒ ክግበረልኩም ሕማም ግርጻን ኣብ ምሕካም ኣገዳሲ ኣካል'ዩ። እዚ ነቲ ዝባዕከኸ (ካልኩለስ) ካብ ኣስናን፣ ገበራት ሰራውርን የልግሶም፣ እቲ ግርጻን ክጽገን ከኣ የፍቅደሉ። እቲ ሕክምና ኣብ እተፈላለዩ ቆጸራታት ክካየድ የድልዮ ይኸውን። ሕክምና ናብ ካልእ ግዜ ክመሓላለፍ የብሉን።

- ኣብ ቤትኩም መዓልታዊ ርስሓት ብምጽራግ (ብምምዋጽን ብምስቕሳቕን) ምስ ስሩዕ ምክትታልን ምጽራይን ብሓኪም ስኒ ብሓባር ብምፍጻም ነባሪ ዓወት ክርከብ ይከኣል'ዩ።

ዘክር

- ኣስናን ምሉእ ህይወት ክጸንሑ ዘለዎም። ብሰንኪ ሕማም ግርጻን ስኒ ክጎርፍ ክውገድ ዘይክእል ኣካል መስርሕ ዕቤት ኣይኮነን።

- ብቑዕ ዝኾነ መዓልታዊ ምጽራግ ርስሓትን ክኢላዊ ምጽራይ ስኒን ሕማም ግርጻን ኪከላኸልን/ወይ ኪቈጻጸር ይኽእል።

- ንመርመራታትን ንምክልኻል ዝሕግዙ ክንክናትን ናብ ሓኪም ስኒ ቀጻሊ ምብጻሕ ግበሩ።

ዝያዳ ሓበሬታ እንተ ደሊኻ

- ምስ ሓኪም ስኒ ተራኸቡ
- ኣብ www.health.qld.gov.au/oralhealth ብጽሑ።
- ስቱር ምኽሪ ጥዕና ንምርካብ 24 ሰዓታት ኣብ መዓልቲ፣ ሸውዓተ መዓልታት ኣብ ሰሙን ናብ 13 HEALTH (13 43 25 84) ደውሉ።
- ኢ-መይል፣ oral_health@health.qld.gov.au

© The State of Queensland, Queensland Health, 2024.