



Bệnh về nướu răng

Tờ thông tin này giải thích hai dạng bệnh nướu răng phổ biến nhất: viêm nướu và viêm nha chu.

Viêm nướu là gì?

Viêm nướu là tình trạng viêm chỉ ảnh hưởng đến nướu răng. Mảng bám khiến nướu trở nên đỏ, sưng tấy và mềm. Nướu dễ bị chảy máu khi đánh răng.

Viêm nướu có thể hồi phục được, tuy nhiên, nếu không được điều trị, nó có thể dẫn đến tình trạng nghiêm trọng hơn gọi là viêm nha chu.

Viêm nha chu là gì?

Viêm nha chu là một dạng bệnh nướu răng nghiêm trọng và không thể hồi phục. Viêm nha chu gây viêm nướu sâu, ảnh hưởng đến xương giữ răng cố định. Viêm nha chu thường tiến triển chậm và thường không đau.

Nếu không được điều trị, viêm nha chu có thể phá hủy phần bám giữ răng trong xương, để lại một khoảng trống hoặc 'túi' nơi nhiều vi khuẩn có thể tích tụ và dẫn đến vĩnh viễn mất xương. Răng lung lay và cuối cùng có thể bị rụng.

Dấu hiệu của bệnh nướu răng là gì?

- nướu bị chảy máu khi bạn đánh răng
- hơi thở hôi hoặc có vị khó chịu trong miệng
- đỏ và sưng tấy
- nướu đang tụt dần
- răng nhạy cảm, và/hoặc
- răng lung lay.

Nguyên nhân gây bệnh nướu răng là gì?

Nguyên nhân chính gây ra bệnh nướu răng là mảng bám vi khuẩn. Lớp màng dính, không màu này chứa hàng triệu vi khuẩn và liên tục hình thành trên răng.

Các yếu tố góp phần gây ra bệnh nướu răng

- Mảng bám không được loại bỏ hàng ngày có thể tích tụ và cứng lại tạo thành cao răng (tartar). Cao răng tích tụ ở trên và dưới nướu và không thể loại bỏ được bằng bàn chải đánh răng. Nếu có cao răng, răng không thể được làm sạch đúng cách.
- Miếng trám có hình dạng kém, răng giả bán phần, mão răng và cầu răng có thể gây khó khăn cho việc loại bỏ mảng bám.



- Khi bạn già đi, miệng của bạn có nhiều nguy cơ mắc bệnh nướu răng hơn.
- Một số tình trạng có thể làm cho tình trạng viêm nha chu hiện tại trở nên trầm trọng hơn (ví dụ: mang thai, tiểu đường và rối loạn miễn dịch).
- Hút thuốc làm cho tình trạng viêm nha chu trở nên trầm trọng hơn và có thể nguy trang vấn đề bằng cách giảm lượng máu cung cấp đến nướu.

Tôi nên làm gì để giảm thiểu nguy cơ mắc bệnh nướu răng?

- Chải và dùng chỉ nha khoa hai lần mỗi ngày để loại bỏ mảng bám.
- Răng giả một phần cần phải được thiết kế cẩn thận và chỉ nên làm răng giả sau khi đã điều trị xong bệnh nha chu. Trong hầu hết các trường hợp, không nên đeo răng giả một phần khi đi ngủ.
- Hãy đến gặp bác sĩ nha khoa thường xuyên. Bác sĩ nha khoa sẽ giúp bạn lập ra một phương pháp làm sạch răng hiệu quả. Việc làm sạch chuyên nghiệp bởi bác sĩ nha khoa là một phần quan trọng trong việc điều trị bệnh nướu răng. Nó loại bỏ cặn (calculus) khỏi bề mặt răng và chân răng, giúp cho nướu mau lành. Việc điều trị có thể cần phải được hoàn thành qua một số cuộc hẹn. Không nên trì hoãn việc điều trị.
- Thành công lâu dài có thể đạt được thông qua sự kết hợp giữa việc loại bỏ mảng bám hàng ngày tại nhà (đánh răng và dùng chỉ nha khoa) và sự theo dõi và làm sạch thường xuyên của bác sĩ nha khoa.

Ghi nhớ

- Răng là để tồn tại suốt đời. Rụng răng do bệnh nướu răng không phải là một phần tất yếu của quá trình lão hóa.
- Loại bỏ mảng bám hiệu quả hàng ngày và làm sạch răng chuyên nghiệp sẽ ngăn ngừa và/hoặc kiểm soát bệnh nướu răng.
- Hãy đến gặp bác sĩ nha khoa thường xuyên để kiểm tra và chăm sóc phòng ngừa.

Để biết thêm thông tin

- Liên hệ với bác sĩ nha khoa của bạn
- Hãy truy cập www.health.qld.gov.au/oralhealth
- Gọi 13 HEALTH (13 43 25 84) để được tư vấn sức khỏe bảo mật 24 giờ một ngày, bảy ngày một tuần
- Email oral_health@health.qld.gov.au