

Позитивная новость «Ответственное отношение к здоровью полости рта»

А знали ли вы, что некачественный уход за полостью рта связан с повышенным риском развития сердечно-сосудистых заболеваний и сахарного диабета?

Людмила Архипова, зубной врач Областной больницы №24 (с. Ярково) рассказала об основных правилах ухода за полостью рта при «сладкой» болезни.

«Как правило у людей с сахарным диабетом выделяется меньше слюны, в основном они ощущают сухость во рту. Это связано прежде всего с повышением уровня глюкозы в крови. Отсюда и изменение состава слюны – в ней также увеличивается содержание глюкозы. А это создает благоприятные условия для развития дисбактериоза в полости рта. Глюкоза для микробов является источником энергии, поэтому при сахарном диабете бактерии активно размножаются, появляется сначала мягкий зубной налет, потом он уплотняется и превращается в зубной камень. Помимо сухости во рту, люди с сахарным диабетом страдают от неприятного запаха изо рта и множеством воспалительных процессов. Поэтому гигиена полости рта крайне важна для них. Это не просто чистка зубов, это контроль над различными инфекциями и сохранение здоровья.

Обратить внимание людям с сахарным диабетом необходимо на то, что чистка зубов должна быть регулярной, т.е. не менее 2-х раз в день. И обязательно после приемов пищи! Необходимо тщательно чистить не только зубы, но и язык. Использовать зубную щетку с мягкой щетиной для того, чтобы не травмировать десна. Щетку после каждой чистки необходимо промывать водой с мылом и менять не реже 1 раза в месяц. Кроме зубной пасты рекомендуется использовать дополнительные средства, такие как ополаскиватель и зубная нить. При выборе зубных паст лучше отдать предпочтение тем, которые обладают противомикробным действием и, в составе которых есть фтор.

И, конечно же, посещать стоматолога для профилактического осмотра 2 раза в год».

Будьте здоровы!