

دیابت؛ زمینه‌ساز پوسیدگی دندان‌ها

کارشناس سلامت دهان و دندان معاونت بهداشت دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، گفت: بسیاری از مبتلایان به دیابت متأسفانه از اهمیت بهداشت دهان و دندان آگاه نیستند و فقط درصد کمی از آن‌ها مراجعات منظم به دندانپزشک دارند.

به گزارش سایت خبری پرسون، کارشناس سلامت دهان و دندان معاونت بهداشت دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی با بیان اینکه کم شدن میزان بزاق در دهان زمینه‌ساز پوسیدگی دندان‌های بیماران دیابتی می‌شود، بر اهمیت رعایت بهداشت دهان و دندان در این افراد تأکید کرد.

بهناز ولی زاده با اشاره به تأثیر دیابت بر سلامت دهان و دندان، گفت: دیابت یکی از بیماری‌های همه‌گیر و شایع در سراسر جهان است که گروه‌های سنی مختلف را درگیر می‌کند.

به گفته وی، بسیاری از مبتلایان به دیابت متأسفانه از اهمیت بهداشت دهان و دندان آگاه نیستند و فقط درصد کمی از آن‌ها مراجعات منظم به دندانپزشک دارند.

ولی زاده یادآور شد: بیماری لثه، از دست دادن دندان، خشکی دهان، پوسیدگی‌های دندان، سوزش دهان، اختلال چشایی، اختلال عملکرد غدد بزاقی، تأخیر در ترمیم زخم و بیماری کاندیدیازیس (یک نوع بیماری قارچی) از جمله تظاهرات دهانی مرتبط با دیابت هستند.

وی مراقبت از دهان و دندان در مبتلایان به دیابت را بسیار مهم دانست و افزود: معاینات منظم دندانپزشکی در این افراد بسیار با اهمیت است و حتماً مبتلایان به دیابت باید با نحوه مراقبت صحیح از دندان‌ها آشنایی داشته باشند.

او تأکید کرد: افراد مبتلا به دیابت حتماً در مراجعه به دندانپزشک باید بیماری خود را اطلاع دهند.

وی با اشاره به این که دیابت یک ریسک فاکتور (عامل خطر) شناخته شده برای بیماری پریودنتال (بیماری لثه) است، اظهار کرد: میزان تخریب بافت پریودنتال (لثه) با سطح کنترل قندخون و مدت زمان ابتلا به بیماری دیابت ارتباط دارد که این موضوع لزوم رعایت صحیح بهداشت دهان و دندان و مراجعات منظم به دندانپزشک را بیش از پیش مشخص می‌کند.

وی یکی از مشکلات و دغدغه‌های بیماران دیابتی را کم شدن میزان بزاق در دهان عنوان کرد و افزود: کاهش میزان بزاق، قدرت پاکسازی دهان را کاهش می‌دهد و می‌تواند زمینه پوسیدگی دندان‌ها را فراهم کند.

به گفته وی، زاده، تغییر عادت غذایی، دشواری در تکلم و تحمل پروتئین‌های دندانی در دهان افراد دیابتی می‌تواند سبک زندگی مبتلایان را دستخوش تغییر کند و این بیماران را بیشتر در معرض عفونت‌های دهانی ناشی از بیماری لثه و خطر از دست دادن دندان‌ها قرار دهد.

بنابر اعلام روابط عمومی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، وی با اشاره به تأخیر ترمیم بافت‌های آسیب دیده در دیابتی‌ها، گفت: این تأخیر در ترمیم بافت‌ها در مواردی نظیر کشیدن دندان یا جراحی‌های ایمپلنت بسیار تأثیرگذار است و با به تعویق افتادن بهبود زخم‌ها روند درمان را با دشواری روبرو می‌سازد.

این کارشناس تأکید کرد: بیماران که دیابت کنترل شده دارند کمتر در معرض افزایش تأخیر در ترمیم زخم پس از جراحی قرار دارند.

نکات مهم در مراقبت از دهان و دندان دیابتی‌ها

ولی زاده در ادامه سخنان خود به منظور پیشگیری از بروز بیماری‌های دهان و دندان نکات زیر را به مبتلایان دیابت توصیه کرد:

- در فواصل زمانی منظم به دندانپزشک مراجعه کنید.

- حتماً در مراجعه اول به دندانپزشک شرایط بیماری خود را کامل توضیح دهید.

- بعد از هر وعده غذایی مسواک بزنید.

- حرکت مسواک باید ملایم باشد.

- حداقل روزی یکبار از نخ دندان استفاده کنید.

- مراقب باشید هنگام استفاده از نخ دندان به لثه‌ها آسیب نزنید.

- روزانه لثه‌هایتان را معاینه کنید و در صورتی که زخم، التهاب، قرمزی، خونریزی از لثه، زخم عفونی یا زخم ناشی از دندان مصنوعی مشاهده کردید به دندانپزشک مراجعه کنید.

- در صورتی که قند خون شما کنترل نشده، بهتر است کارهای غیر اورژانسی دندانپزشکی را تا کنترل شدن قند خون به تعویق اندازید.

- برنامه درمانی خود را در نظر داشته باشید و با دندانپزشک خود برای انتخاب بهترین روش و زمان برای پیشگیری از شرایط افت قند خون (هیپوگلیسمی) صحبت کنید.

- برای پیشگیری از بیماری‌های دهان و دندان ضمن کنترل قند خون از استعمال دخانیات پرهیز کنید.