

## 糖尿病患者的牙齒護理

### Diabetic Dental Care

#### 糖尿病如何影響牙齦及口腔？

- 細菌感染
- 口腔血管變狹窄
- 口腔內神經受損

#### 牙周病之症狀

- 牙齦紅腫及疼痛
- 牙齦出血
- 牙齦萎縮，牙齒顯得較長
- 口臭
- 牙齒咬合異常
- 假牙佩戴不再合適

#### 如何治療牙周病？

- 非外科手術治療
  - 刮除—從牙齦底部清除牙垢和細菌
  - 刨平—光滑牙根表面以清除細菌
  - 抗生素—抗生素對治療牙周病的有效性依然存在爭議，但抗生素可能有助於治療牙周病。
- 外科手術治療
  - 牙齦截除治療—切除一小塊牙齦可使清潔牙周更加容易進行。
  - 軟組織移植法—從上顎移植一小塊軟組織以取代牙齦周邊已經損壞的組織。
  - 牙骨移植法—如果牙齒根部已經腐爛，牙骨移植法可能有助於牙根的更新，使之不會脫落。

### 如何保持牙齒及牙齦健康？

- 血糖指數保持正常
- 每日至少用一次牙線
- 每次進食後要用軟毛牙刷刷牙。
- 保持假牙清潔。
- 學習正確刷牙及使用牙線的方法。
- 如有牙齒及牙齦之問題，盡快通知牙醫。
- 每年洗牙及做檢查牙齒二次。
- 讓牙醫知道你患有糖尿病。
- 戒煙。

### 牙齒檢查之建議

每半年一次。如有牙周病，檢查次數可能需要更頻繁。