

## 糖尿病患者的牙齿护理

### Diabetic Dental Care

#### 糖尿病如何影响牙龈及口腔？

- 细菌感染
- 口腔血管变狭窄
- 口腔内神经受损

#### 牙周病之症状

- 牙龈红肿及疼痛
- 牙龈出血
- 牙龈萎缩，牙齿显得较长
- 口臭
- 牙齿咬合异常
- 假牙佩戴不再合适

#### 如何治疗牙周病？

- 非外科手术治疗
  - 刮除—从牙龈底部清除牙垢和细菌
  - 刨平—光滑牙根表面以清除细菌
  - 抗生素—抗生素对治疗牙周病的有效性依然存在争议，但抗生素可能有助于治疗牙周病。
- 外科手术治疗
  - 牙龈截除治疗—切除一小块牙龈可使清洁牙周更加容易进行。
  - 软组织移植法—从上颚移植一小块软组织以取代牙龈周边已经损坏的组织。
  - 牙骨移植法—此手术可令失去的骨骼和组织重新生长，保持牙齿不会脱落。

#### 如何保持牙齿及牙龈健康？

- 血糖指数保持正常。
- 每日至少用一次牙线
- 每次进食後要用软毛牙刷刷牙。
- 保持假牙清洁。
- 学习正确刷牙及使用牙线的方法。
- 如有牙齿及牙龈之问题，尽快通知牙医。
- 每年洗牙及做检查牙齿二次。
- 让牙医知道你患有糖尿病。
- 戒烟。

#### 牙齿检查之建议

每半年一次。如有牙周病，检查次数可能需要更频繁。

