

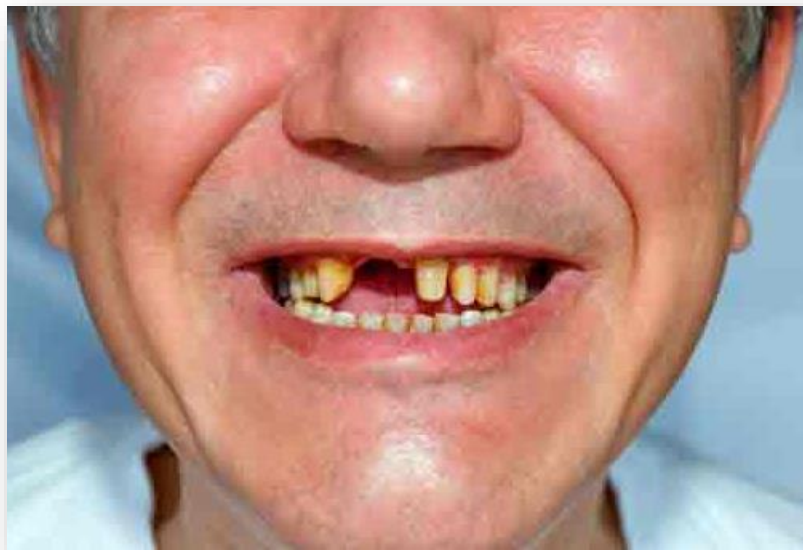
糖尿病口腔护理



糖尿病是一种慢性疾病，影响着全世界数百万人。糖尿病患者患口腔健康问题的风险增加。本患者信息手册旨在提供有关糖尿病口腔护理的重要信息，以帮助患者保持良好的口腔健康。

糖尿病与口腔健康之间的联系

糖尿病会增加患牙龈疾病、蛀牙、口干和感染等牙齿问题的风险。高血糖水平会导致牙菌斑积聚，从而导致牙龈发炎并导致牙龈疾病。牙龈疾病会导致牙龈疼痛、肿胀和出血，最终导致牙齿脱落。



糖尿病也会导致口干（口干症），即口腔不能产生足够的唾液的情况。唾液有助于洗掉口腔中的食物颗粒和细菌，因此缺乏唾液会增加蛀牙和牙龈疾病的风险。感染也可能更频繁地发生在糖尿病患者中，包括鹅口疮等真菌感染和牙龈脓肿等细菌感染。



糖尿病口腔护理小贴士

糖尿病患者可以采取几个步骤来保持良好的口腔健康。

控制血糖水平

保持良好口腔健康的最重要步骤是控制血糖水平。高血糖水平会增加患牙齿问题的风险，因此定期监测血糖水平并遵循医生规定的健康饮食和锻炼计划非常重要。

定期刷牙和使用牙线

每天刷牙两次，每天使用牙线一次，有助于去除牙菌斑和预防牙龈疾病。使用软毛牙刷和含氟牙膏很重要。使用牙线有助于去除牙齿之间和牙龈线上的食物颗粒和牙菌斑。

使用防腐漱口水

消毒漱口水可以帮助杀死细菌和清新口气。选择不含酒精的漱口水很重要，因为酒精会导致口干并刺激牙龈。

定期去看牙医

定期进行牙齿检查对于保持良好的口腔健康很重要。您的牙医可以发现牙齿问题的早期迹象，并在它们变得更加严重之前提供治疗。建议糖尿病患者每年至少去看牙医两次。

告知您的牙医您的糖尿病

告知您的牙医您的糖尿病和您正在服用的任何药物非常重要。这些信息可以帮助您的牙医提供适当的护理和治疗。

结论

保持良好的口腔健康对每个人都很重要，尤其是对糖尿病患者。糖尿病会增加患牙齿问题的风险，包括牙龈疾病、蛀牙、口干和感染。控制血糖水平、定期刷牙和使用牙线、使用消毒漱口水、定期去看牙医以及告知牙医您的糖尿病都是保持良好口腔健康的重要步骤。如果您对口腔健康有任何疑问或需要更多信息，请咨询您的牙医或医疗保健提供者。