

Rumänska - Råd och information gingivit och parodontit

## Sfaturi și informații gingivită și parodontită

### Gingia sănătoasă

Gingia sănătoasă este de culoare roz pal cu textură punctată și înconjoară dintele ca un guler. Între gingie și dinte există o pungă gingivală, care într-o gură sănătoasă are o adâncime de unu până la trei milimetri. O gingie sănătoasă, nu sângerează când periezi dinții corect.



### Infamația gingiei (gingivită)

Inflamația gingiei este determinată de bacterii. Dacă se acumulează bacterii, placă bacteriană și rămâne în jurul dintelui, aceasta determină inflamarea gingiei, gingivita. Acest lucru se observă, deoarece gingia devine roșie, inflamată și sângerează ușor. Inflamația gingiei determină mărirea pungilor gingivale dintre dinte și gingie, făcând mai dificilă posibilitatea de le păstra curate. Gingivita se poate vindeca în totalitate, fără afecțiuni permanente. Aceasta presupune însă o igienă bucală corectă și regulată.



### Pierderea dinților (parodontită)

Gingivita netratată poate afecta suprafața de fixare al dintelui în osul maxilar și poate duce la pierderea dintelui, parodontită.

Dacă bacteriile rămân în punca gingivală, acestea se calcifică și formează tartrul dentar. Punga gingivală devine tot mai adâncă și bacteriile avansează tot mai în jos, ceea ce duce la distrugerea țesutului de fixare a dintelui. Dintele devine tot mai mobil și în cazul cel mai grav țesutul de susținere a dintelui este complet distrus.



În urma tratamentului, parodontita poate fi vindecată, lăsând însă în urmă afecțiuni permanente ale țesuturilor și anume suprafața de fixare pierdută a dintelui, nu se regenerează.

Important de ținut minte este faptul că parodontita este o boală cronică, ceea ce înseamnă că revine în cazul în care igiena bucală după tratament devine mai precară sau încetează.

## Cum poți evita gingivita și parodontita?

### Autoîngrijirea este cea mai importantă

- Spală dinții dimineața și seara, mai ales la marginea gingiei
- Curăță spațiul dintre dinți cu ață dentară și periuță interdentală și/sau scobitoare.
- Vizitele regulate la igienistul dentar sau la stomatolog sunt importante pentru descoperirea bolii în stadiu incipient.

Parodontita este diagnosticată prin a se controla dacă pungile gingivale sângerează (inflamație) și măsurând dacă s-au adâncit, împreună cu studiul imaginilor radiografice.

În cadrul asistenței stomatologice primești sfaturi privind cele mai bune mijloace ajutătoare pentru tine.

### Fumatul și diabetul

Dacă fumezi, riscul la parodontită crește foarte mult. Fumatul determină dezvoltarea mult mai rapidă a bolii și implică o vindecare mai dificilă după tratament. Gingia poate arăta sănătoasă, deși este inflamată, din cauza contracției vaselor sanguine cauzate de fumat.

Dacă suferi de un diabet greu de controlat, acesta influențează printr-o vindecarea mai dificilă.

### În ce constă tratamentul?

Tratamentul constă în faptul că stomatologul sau igienistul dentar:

- îți dă informații privind boala
- îți dă sfaturi privind autoîngrijirea, îți arată clar cum să-ți faci igiena bucală într-un mod corect. Atât periuța de dinți cât și alte mijloace ajutătoare pentru curățarea spațiului intradentar trebuie folosite cu regularitate. Pentru reușita tratamentului, funcționarea acestui lucru este de o foarte mare importanță.
- măsoară pungile gingivale și mobilitatea dinților pentru a-și da seama cât de mult din suprafața de fixare a dinților s-a pierdut.
- înlătură depunerile bacteriene și tartrul dentar.

De cele mai multe ori, tratamentul necesită mai multe ședințe. Cu cât mai devreme începe tratamentul, cu atât mai bună este prognoza. Scopul tratamentului este de a opri avansarea bolii, prin vindecarea inflamației.

În anumite situații, stomatologul sau igienistul dentar sunt nevoiți să facă o trimitere pentru tratament către un specialist în boli parodontale (parodontolog).

Svenska - Råd och information gingivit och parodontit

## Råd och information gingivit och parodontit

### Det friska tandköttet

Ett friskt tandkött är blekt rosa, något knotrigt och omger tanden som en krage. Mellan tandköttet och tanden finns en tandköttsficka som i en frisk mun är en till tre millimeter djup. Ett friskt tandkött blöder inte när du borstar på rätt sätt.



### Tandköttsinflammation (gingivit)

Inflammation i tandköttet, gingivan, orsakas av bakterier. Får bakteriebeläggningar, plack, bildas och ligga kvar kring tanden så orsakar detta en inflammation i tandköttet, gingivit. Det märks genom att tandköttet blir rött, svullet och lättblödande. Svullnaden gör att tandköttsfickan mellan tanden och tandköttet blir djupare vilket gör det svårare att hålla rent. Tandköttsinflammationen kan läka ut helt utan bestående skada. Detta förutsätter god och regelbunden munhygien.



### Tandlossning (parodontit)

Obehandlad tandköttsinflammation kan angripa tandens fäste i käkbenet och leda till tandlossning, parodontit.

Får bakterierna ligga kvar i tandköttsfickan förkalkas de och blir till tandsten. Tandköttsfickan blir allt djupare och bakterierna tränger längre ner, vilket leder till att tandens fäste förstörs. Tandens blir alltmer rörlig och kan i värsta fall förlora hela sitt fäste.



Tandlossning läker efter behandling med en bestående vävnadsskada det vill säga det fäste som tanden förlorat återbildas inte.

Viktigt att komma ihåg är att tandlossning är en kronisk sjukdom vilket innebär att den kommer tillbaka om den dagliga munhygien efter behandlingen försämras eller upphör

## Hur undviker du att få tandköttsinflammation och tandlossning?

### Egenvården är viktigast

- Borsta tänderna morgon och kväll, extra noga vid tandköttskanten.
- Gör rent mellan tänderna med tandtråd, mellanrumsborste och/eller tandsticka.
- Regelbundna besök hos tandhygienist eller tandläkare är viktigt för att upptäcka sjukdom tidigt.

Tandlossning upptäcks genom att kontrollera om tandköttsfickorna blöder (inflammation) och mäta om de är fördjupade och samtidigt se på röntgenbilder.

Hos tandvården får du råd om de bästa hjälpmedlen för dig.

### Rökning och diabetes

Risken för tandlossning ökar väsentligt om du röker. Rökning gör att sjukdomen utvecklas snabbare och medför sämre läkning efter behandling. Tandköttet kan se friskt ut fastän det är inflammerat eftersom blodkärlen drar ihop sig vid rökning.

Har du en svårkontrollerad diabetes så påverkar detta med sämre läkning.

### Vad innebär behandlingen?

Behandlingen innebär att tandläkaren eller tandhygienisten:

- informerar om sjukdomen
- ger råd om egenvård, visar tydligt hur du skall sköta din munhygien på ett bra sätt. Både tandborste och andra hjälpmedel för att göra rent mellan tänderna måste användas regelbundet. Det är mycket viktigt att detta fungerar för att behandlingen skall lyckas.
- mäter tandköttsfickor och tandrörlighet för att få en uppfattning om hur mycket fäste som förlorats
- tar bort bakteriebeläggningar och tandsten.

Behandlingen kräver oftast flera besök. Ju tidigare behandling desto bättre prognos. Målet med behandlingen är att få sjukdomen att avstanna genom att få inflammationen att läka ut.

I vissa fall kan tandläkaren eller tandhygienisten behöva skicka en remiss för behandling till en specialist (parodontolog) i tandlossningssjukdomar.