



مستشفى المواساة الجديد
NEW MOWASAT HOSPITAL

كل ما تحتاج معرفته عن

مرض السكري وصحة الفم

للإستفسار وحجز المواعيد
يرجى الإتصال 182 6666



نرعى الأجيال
CARING FOR GENERATIONS

(965) 1 82 6666

@newmowasathospital

new mowasat hospital

www.newmowasat.com

(965) 5082 6666

@nmowasat

new mowasat hospital

Download on the
App Store

Download from
Google play

myMowasat

مرض السكري وصحة الفم

- هذه الطبقة صلبة أسفل خط اللثة وهذه المادة تسمى دردي (tartar) أو (جير الأسنان) وذلك بالتفريش وإستخدام خيط الأسنان
- كلما طال عمر بقاء مادة البلاك ودردي على أسنانك كلما زاد الالتهاب في اللثة المحيطة بقاعدة أسنانك
- عندما تصبح اللثة متضخمة وتنزف بسهولة

التهاب دعائم الأسنان

- عدم علاج اللثة قد يؤدي إلى عدوى خطير جداً تسمى التهاب دعائم الأسنان والتي تدمر النسيج الرخو والعظام الذي يدعم الأسنان
- والنتيجة في النهاية يكون التهاب دعائم الأسنان هو المسبب الرئيسي في سقوط الأسنان
- أن التهاب دعائم الأسنان تكون حادة جداً خاصة مع الأشخاص المصابون بمرض السكري وذلك لان مرض السكري يقلل من القدرة على مقاومة العدوى ويبطئ من الشفاء
- إن عدوى مثل التهاب دعائم الأسنان ربما تسبب ارتفاع في مستويات السكر لديك والذي يجعله من الصعب التحكم في مرضك السكري
- الحماية والعلاج من التهاب دعائم الأسنان والذي بشكل كبير ومنتظم يتم عن طريق تنظيف الأسنان وهذا يساعد في التحكم في مستويات السكر في الدم

التهاب الفم الناتج عن الفطريات

- الأشخاص المصابون بمرض السكري هم الأكثر إحتماية في الإصابة بالتهاب الفم الناتج عن الفطريات حيث انه عدوى فطرية تسبب خميرة كانديدا البيضاء
- علامات الإصابة بالتهاب الفم هي بقع بيضاء أو حمراء مؤلمة داخل الفم
- أن المحافظة على نظافة الفم يمكن أن يساعد في تجنب التهاب الفم الناتج عن الفطريات

الفم الجاف

- بعض الأشخاص المصابون بمرض السكري يعانون من نقص لللعاب وهذا العارض يعرف بجفاف الفم
- بدون لعاب الذي يحافظ على ترطيب الفم وغسل الأسنان يمكن أن تكون في خطر الإصابة بتسوس الأسنان وأمراض اللثة والفم الجاف

- إن مرض السكري يؤثر على قدرة جسمك في إنتاج السكر . كل الأطعمة الغذائية التي تأكلها تتحول إلى سكر وتستخدم و تتحول لطاقة
- مرض السكري من الدرجة الأولى، الجسم لا ينتج هرمون أنسولين كافي حيث أن هرمون أنسولين مسئول عن حمل السكر من الدم إلى الخلايا التي تحتاجه في صناعة الطاقة
- مرض السكري من الدرجة الثانية، الجسم يتوقف عن الاستجابة للأنسولين
- كلا الحالتين تؤدي إلى ارتفاع مستويات السكر والذي قد يسبب مشاكل مع العين والأعصاب والكلى والقلب وأعضاء أخرى من جسمك
- زيادة إفراط السكر في الدم في مرضى السكر أثبت بحد كبير انه عامل خطر مهم جدا في اظهار مضاعفات الأوعية الدموية
- المضاعفات التقليدية الخمس المصاحبة لمرض السكري وتشمل ذلك اعتلال الشبكية واعتلال الأعصاب واعتلال الكلي و مضاعفات أمراض القلب الوعائي وتأخر شفاء الجروح . أمراض متعلقة بدعائم الأسنان تم تعريفها بالمضاعف السادس لمرض السكري
- لو أن التحكم في سكر الدم ضعيف سيؤدي إلى تعاضم الخطر للإصابة بأمراض اللثة وتقليل القدرة على مقاومة العدوى والشفاء
- إدارة مرض السكري هي التزام مدي الحياة و التي تتضمن العناية السليمة بصحة الأسنان
- مجهودك سينعكس في عمر الأسنان ولثة صحيين

أمراض اللثة المصاحبة للمرض السكري

• تسوس الأسنان

- إن الفم يحتوي بشكل طبيعي على العديد من أنواع البكتريا. عندما يتفاعل السكر والنشويات المتوجديين في الطعام والمشروبات مع هذه البكتريا ستتكون طبقة البلاك على أسنانك
- الأحماض في طبقة البلاك تهاجم سطح أسنانك (المينا والعاج)
- وهذا بدوره يؤدي إلى التسوس (التجويف) وأمراض اللثة

مرض التهاب اللثة

- أن مرض السكري يقلل من قدرتك على محاربة البكتريا
- لو لم تقوم بإزالة طبقة البلاك وذلك بالتفريش أو خيط الأسنان ستصبح

PROPER DENTAL CARE

• Regular Brushing

- Brush in the morning, at night and, ideally, after meals and snacks
- Use a soft-bristled toothbrush and toothpaste that contains fluoride
- Avoid vigorous or harsh scrubbing, which can irritate your gums and teeth

• Flossing

- Floss your teeth at least twice a day
- Flossing helps remove plaque between your teeth and under your gum line
- If you have trouble getting dental floss through your teeth, use the waxed variety
- If it's hard to manipulate the floss, use a floss holder

• Regular Dental Check- up

- Visit your dentist at least twice a year for professional cleanings, X-rays and checkups
- Make sure your dentist knows you have diabetes
- Every time you visit your dentist, remind him or her that you have diabetes

• Avoid Smoking

- Smoking increases the risk of serious complications in oral health, including gum disease and ultimately, loss of your teeth
- If you smoke, ask your doctor about options to help you quit

• Monitor Blood Sugar

- Controlled blood sugar levels is the best way to lower the risk of acquiring gum disease

العناية الصحيحة للأسنان

• التفريش المستمر

- تفريش الأسنان في الصباح والليل وخاصة بعد الوجبات الرئيسية والوجبات الخفيفة
- استخدم فرشاة أسنان ناعمة ومعجون أسنان يحتوي على مادة الفلوريد
- تجنب الحك الشديد والذي قد يؤدي إلى التهاب اللثة

• تنظيف الأسنان بالخيط

- يجب تنظيف الأسنان بالخيط مرة على الأقل يوميا
- تنظيف الأسنان بالخيط يساعد على إزالة مادة البلاك بين الأسنان وتحت خط اللثة
- عند التعرض لمشكلة تعلق الخيط بين أسنانك استخدم الخيط المشمع
- لو تعذر عليك استخدام الخيط استخدم حاملة الخيط

يجب فحص الأسنان بشكل منتظم

- يجب زيارة طبيب الأسنان على الأقل مرتين بالسنة للتنظيف الفائق وعمل أشعة اكس و فحوصات
- يجب التأكد من اطلاع طبيب الأسنان بإصابتك بمرض السكري
- يجب تذكير طبيب الأسنان في كل مرة تراجع فيه بأنت مصاب بمرض السكري

تجنب التدخين

- إن التدخين يزيد من مخاطر كبيرة في مضاعفات مرض السكري ويشمل ذلك أيضا مرض اللثة وفقدانك لأسنانك
- إذا كنت مدخن فأسأل الطبيب عن الحلول التي تساعدك على الإقلاع عن التدخين

مراقبة مستوي السكر بالدم

- مستويات السكر المضبوطة هي الطريق الأفضل لتقليل خطر التعرض للإصابة بمرض اللثة

DIABETES AND ORAL HEALTH

- Diabetes affects your body's ability to process sugar. All food you eat is turned to sugar and used for energy
- In Type I diabetes, the body doesn't make enough insulin, a hormone that carries sugar from your blood to the cells that need it for energy
- In Type II diabetes, the body stops responding to insulin
- Both cases result in high blood sugar levels, which can cause problems with your eyes, nerves, kidneys, heart and other parts of your body
- Hyperglycemia in diabetes has been shown to be an important risk factor for the manifestation of vascular complications
- The five classic complications associated with DM include retinopathy, neuropathy, nephropathy, cardiovascular complications and delayed wound healing. Periodontal disease has recently been recognized as the "sixth complication" of diabetes
- If high blood sugar is poorly controlled, the greater the risk of having gum disease and lowers the ability to resist infection and healing
- Managing diabetes is a lifelong commitment, and that includes proper dental care
- Your efforts will be rewarded with a lifetime of healthy teeth and gums

COMMON GUM DISEASES RELATED TO DIABETES

• **Tooth Decay**

- Your mouth naturally contains many types of bacteria. When starches and sugars in foods and beverages interact with these bacteria, a sticky film known as plaque forms on your teeth.
- The acids in plaque attack the surfaces of your teeth (enamel and dentin)
- This can lead to cavities and gum disease

• **Gingivitis**

- Diabetes reduces your ability to fight bacteria.
- If you don't remove plaque with regular brushing and flossing, it'll

harden under your gumline into a substance called tartar (dental calculus)

- The longer plaque and tartar remain on your teeth, the more they irritate the part of your gums around the base of your teeth, called the gingiva
- In time, your gums become swollen and bleed easily

• **Periodontitis**

- Left untreated, gingivitis can lead to a more serious infection called periodontitis, which destroys the soft tissue and bone that support your teeth
- Eventually, advanced periodontitis causes teeth mobility
- Periodontitis tends to be more severe among people who have diabetes because diabetes lowers the ability to resist infection and slows healing
- An infection such as periodontitis may also cause your blood sugar level to rise, which in turn makes your diabetes more difficult to control
- Preventing and treating periodontitis with regular dental cleanings can help improve blood sugar control

• **Thrush**

- People with diabetes may be more likely to develop thrush, which is a fungal infection caused by the yeast *Candida albicans*
- Signs of thrush include painful white or red patches inside your mouth
- Practicing good oral hygiene can help you avoid thrush

• **Dry mouth**

- Some people with diabetes also experience a lack of saliva, a condition known as dry mouth
- Without saliva to keep your mouth moist and bathe your teeth, you could be at risk of tooth decay, gum disease and thrush



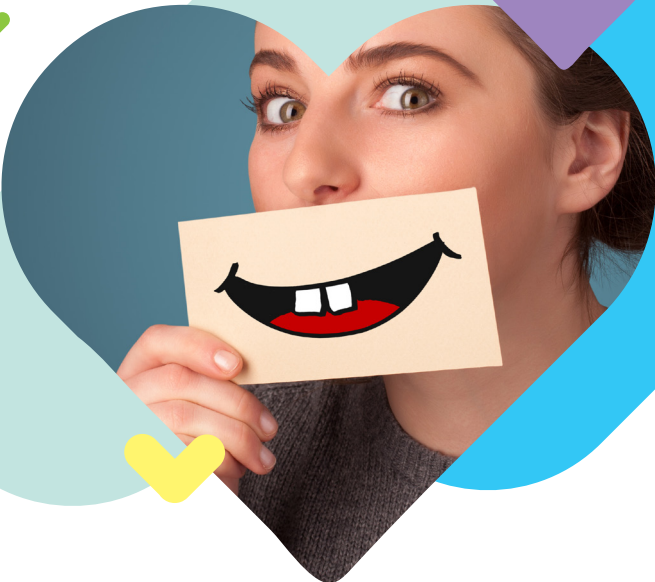
مستشفى المواصاة الجديد
NEW MOWASAT HOSPITAL

Everything you need to know about

DIABETES & ORAL HEALTH

For Appointment

Please call 1826666



نرعى الأجيال
CARING FOR GENERATIONS



(965) 1 82 6666

@newmowasathospital

new mowasat hospital

www.newmowasat.com

(965) 5082 6666

@nmowasat

new mowasat hospital

Download on the
App Store

Download from
Google play

myMowasat