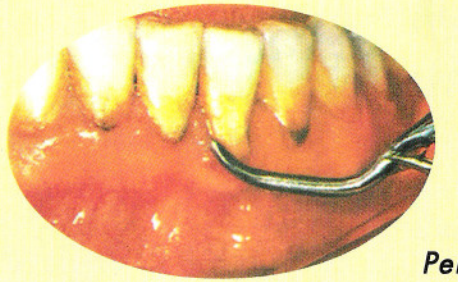
Bagaimana rawatan pergigian dapat membantu mengurangkan masalah pergigian anda?

Penjagaan kebersihan mulut dan rawatan pergigian dapat mengekalkan kesihatan gigi dan gusi. Penggunaan harian ubat gigi berflorida boleh mengukuhkan enamel dan mengurangkan karies gigi terutamanya di bahagian akar gigi yang memerlukan rawatan klinikal.

Rawatan periodontium adalah rawatan bagi penyakit gusi. Ia boleh membantu mengurangkan sensitiviti (kegiluan), resesi (penurunan) dan pendarahan gusi. Rawatan ini juga boleh mengukuhkan tisu peridontium yang menyokong gigi.

Beberapa jenis tampalan dan penyediaan dentur (gigi palsu) adalah pilihan yang di sediakan. Gigi yang mengalami karies (kerosakan) boleh ditampal dan kehilangan gigi digantikan dengan gigi palsu. Ini memudahkan pengunyahan makanan, bertutur dengan lebih jelas serta mengekalkan senyuman yang menawan.

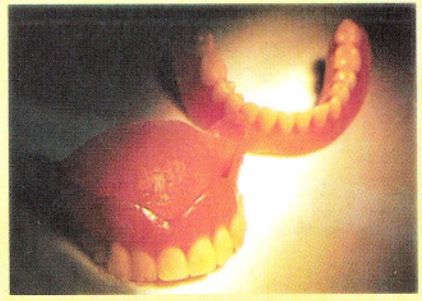
Beberapa jenis rawatan pergigian.



Penskaleran

Tampalan

Rawatan Periodontium



Dentur

Panduan Ke arah

Penjagaan Kesihatan Mulut

WARGA TUA

Unit Penggalakan Kesihatan Pergigian
Bahagian Kesihatan Pergigian
Kementerian Kesihatan Malaysia
MOH / K / GIG / 6.99 (PT)

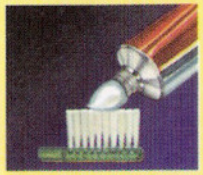
Bagaimana caranya untuk menjaga Kesihatan Mulut ?

Memberus gigi setiap hari seelok-eloknya setip kali selepas makan.

Menggunakan ubat gigi berflorida dan cecair kumuran (jika perlu).

Menggunakan flos gigi selepas memberus gigi.

Mendapatkan pembersihan gigi secara profesional untuk mengeluarkan karang gigi.

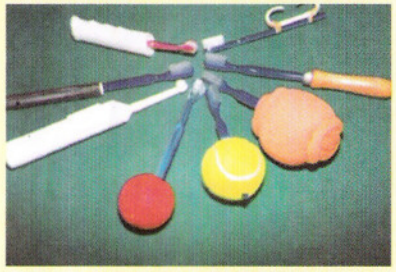


Penggunaan flos gigi

Contoh cecair kumuran

Bagi mereka yang mengalami masalah tertentu

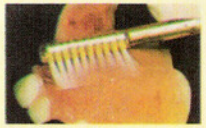
Pesakit "Rheumatoid arthritis" akan menghadapi masalah untuk memegang berus gigi



Berus gigi boleh diubahsuai supaya mudah dipegang

Berus gigi elektrik disyorkan untuk memudahkan pesakit memberus gigi

Penjagaan dentur (gigi palsu)



Dibersihkan selepas makan

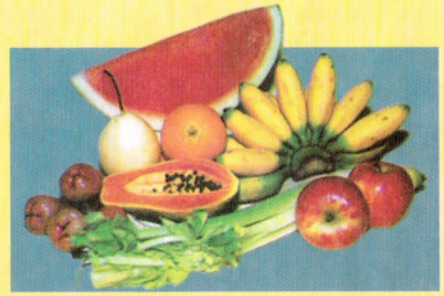
Ditanggalkan sebelum tidur

Direndamkan di dalam air

Apakah jenis makanan yang baik untuk kesihatan gigi dan gusi ?

Pilihlah makanan yang seimbang dan berserat untuk kesihatan. Ini terdapat di dalam buah-buahan, sayur-sayuran serta bijirin. Kurangkan pengambilan makanan yang diproses dan yang mengandungi kadar gula, lemak dan garam yang tinggi.

Makanan seimbang



Sayur-sayuran dan buah-buahan

Ulam-ulaman mempunyai zat vitamin yang tinggi