

## DİYABET HASTALARINDA AĞIZ DİŞ SAĞLIĞI



Diyabetli hastalarda;  
Kontrollü beslenme, düzenli ilaç kullanımı, ihmal edilmeyen ağız temizliği ve dişhekim kontrolleriyle ağız sağlığını korumak ve kendi dişleri ile yaşamak daha kolay ve keyifli olacaktır.

Diyabetlilerde ortaya çıkabilecek ağız ve diş problemleri nelerdir?

KontROLSÜZ diyabet, kalp, böbrek ve göz gibi organların yanı sıra ağız-diş sağlığını da olumsuz yönde etkiler.

Diyabetlilerde görülebilen ağız ve diş sorunları şunlardır:

1. Dişeti hastalıkları
2. Diş çürükleri
3. Ağız kuruluğu
4. Ağız içinde mantar enfeksiyonları, pamukçuk



**1-Yüksek kan şekeri seviyesi** kan damarlarında kalınlaşmaya ve tıkanmaya neden olduğundan kanın oksijen taşıma kapasitesi azaldığı için dokuların beslenmesi olumsuz yönde etkilenir. Bu durum dişetlerinin iltihaplanmaya karşı direncini düşürür.**Dişeti iltihabı**, dişetlerinin dişlerden ayrılmasına neden olur. Zaman içinde diş ile dişeti arasında oluşan küçük cepler yeni bakteri odaklarının gelişmesini sağlar ve olay diş kayıplarına kadar ilerler. . Bu süreç yaşanırken hasta ağrı ve dişlerde sallanmanın yanı sıra, dişetlerinde kanama ve ağızda aseton kokusu hisseder.

Aynı zamanda ağız içindeki enfeksiyonlar şeker kontrolünü de güçleştirir ve olay bir kısır döngü halini alır. İlerlemiş bir dişeti iltihabı ancak cerrahi müdahale ile iyileşebilir.

**2-Özellikle kan şekeri kontrolsüz seyreden şeker hastalarında** diyabetlilerde tükürükteki yüksek şeker seviyesi bakterileri davet eder ve kolaylıkla **çürükler** ortaya çıkar.

**3- Ağız kuruluğu**, diyabetli hastalarda tükürük salgısının koyulaşması ve miktarının azalması nedeni ile tükürüğün dişleri yıkayıcı, çiğnemeyi kolaylaştırıcı etkisinin kaybolmasıdır. Tükürük azlığı gıdaların diş yüzeyine yapışıp plak gelişmesine ve daha sonra da diş taşlarının oluşmasına yol açabilir. Ağız kuruluğu hastanın ağrı hissetmesine, yaraların iyileşmesinin gecikmesine ve iltihaplanmanın artmasına ve bunların sonucunda diş kayıplarına kadar gidebilir. Ağız kuruluğunun önüne geçilemiyor ise sık sık ağız çalkalanmalı veya diş hekiminin tavsiye edeceği yapay tükürük preparatları kullanılabilir.

**4-Diyabetli hastalar tükürüklerindeki şeker nedeniyle ağızda **mantar enfeksiyonlarına** açıktır.** Bu sorunun, dudakların birleşim yerinde çatlak ve kızarıklıklar halinde kendini belli eder. Sigara kullanımı ve protezlerin gece ağızdan çıkarılmaması mantar gelişimini hızlandırabilir. Ağızda mantar enfeksiyonunun tedavisinde ilaçlardan faydalanılır,. Protezlerin temizliğine dikkat edilmeli ve geceleri de mutlaka çıkarılmalıdır. sigara kullanılmamalıdır



Genç bir diyabetik hastada dişeti iltihabı

Bilimsel Dişhekimliğinde



1908-2008



### Diyabetlilerde diş ve dişeti problemleri nasıl önenebilir?

Dişeti hastalıkları önlenmesi için herşeyden önce iyi bir şeker kontrolünün sağlanması ve düzenli ağız bakımı gereklidir

1. Dişler günde en az 2defa, 2 dakika **fırçalanmalı**. Şeker hastalarında ara öğünlerin de bulunması nedeniyle fırçalama sayısının artışı gerekebilir. yumuşak fırça kullanılmalı. Dilin üzeri de fırçalanmalı.

2. Diş aralarındaki bakterileri uzaklaştırmak için günde en az bir defa **diş ipi kullanılmalı**. İşlem sonrası ağız su ile çalkalanmalı Diş ipi, dişler arasına yerleştirilirken dişetine fazla bastırılmamalı.

3- Yaygın çürüğü ve dişeti sorunları olan hastalarda floridli ve klorheksidinli **gargaralar** kullanılmalı

4. Ağız sağlığını korumak için diş fırçalamak ve diş ipi kullanmanın yanı sıra her altı ayda bir mutlaka **dişhekimi kontrolünden** geçilmek gereklidir..

### Diabet diş ve dişeti tedavilerine bir engel oluşturur mu?

-diyabetin kendisi ve insülin kullanımı, ağız içi müdahaleler için kesinlikle bir engel ya da tehlike oluşturmaz. Benzer şekilde, diyabetliler eğer gerekiyorsa antibiyotik tedavisini de rahatlıkla uygulayabilirler.

-Ancak diyabetli hastalar dişhekimine gitmeden bir gün önce mutlaka açlık kan şeker seviyelerini ölçtürmeli ve bu bilgiyi dişhekimine bildirmeli. Kan şeker seviyeleriyle ilgili sorulara da doğru yanıtlar vermeli. Unutmayınki, kontrolsüz diabette ve yüksek kan şeker seviyesinde yara iyileşmesi gecikir, iltihaplanmalar şiddetlenir. Herhangi bir cerrahi müdahaleden önce hastanın kan şeker seviyesinin 180 mg / dl'nin altında olması istenir. Kan şeker seviyesinin 180 mg / dl'nin üzerinde olduğu hastalarda ancak acil enfeksiyon müdahaleleri yapılabilir, çünkü enfeksiyon kan şekerini daha da yükseltir.

-Ağızda cerrahi bir girişim sonrası 24-48 saat ilaç tedavisi sürdürülmelidir.

- Ağızda bir sorun ya da çok sayıda çürük dişler mevcutsa bu durumun enfeksiyon odağı yaratarak kan şekerini yükseltebileceğine dikkat edilmeli ve sorunlarla vakit geçirmeksizin mücadele edilmelidir.

- Diş ve dişeti tedavisi hastalarda stres yaratan bir olgudur. Bu nedenle operasyon öncesi ve sonrasında ağrı kesici ve sakinleştiriciler yararlı olabilir.

-Bu tip hastaların sabah erken saatlerde işlemlerini lokal anestezi altında yaptırmaları önemlidir. Yapılan tedavi, hastanın beslenme düzenini ve ilaç kullanım saatlerini aksatmamalı. Bazı geniş cerrahi müdahalelerde hastanın hekimi ile görüşülerek hem beslenmede hem de ilaçların dozunda değişiklik yapılabilir.Eğer gerekli ise genel anestezi altında da diş tedavisi yapılabilir.

Eğer aşağıdaki durumlardan herhangi biriyle karşılaştıysanız hemen diş hekimine başvurunuz.

1. Fırçalama veya yemek esnasında ortaya çıkan dişeti kanamaları
2. Dişetinde kızarıklık, ağrı, hassasiyet, şişlik
3. Dişetlerinde çekilmeler
4. Diş taşları
5. Dişlerde hassasiyet
6. Dişlerde pozisyon değişiklikleri ve sallanmalar
7. Ağızda kötü koku ve tad
8. Diş çürükler

**DÜZENLİ DİŞHEKİMİ KONTROLLERİ  
ALİŞKANLIĞINIZ OLSUN**