

Sakit sa Gilagid, Hindi Puwede!

Maaaring naranasan mo nang dumugo ang gingivae (gilagid) sa pagsisipilyo, ngunit maaaring hindi mo napansin na ikaw ay nagdurusa sa isang chronic na sakit na sumisira sa mga tisyung nakapalibot sa ugat ng ngipin (periodontal tissue) — ang Sakit sa Gilagid. Ang sakit ay sanhi ng dental plaque sa ibabaw ng ngipin.

Dental Plaque at Sakit sa Gilagid

Kung hindi lubusang nalinis ang mga ngipin, ang mga toxin na inilabas ng bakterya ng dental plaque, na naipon sa kahabaan ng gingival margin sa tagal ng panahon, ay mang-iirita sa periodontal tissues, kabilang ang gilagid, periodontal membrane at buto ng panga, na hahantong sa Sakit sa Gilagid.

Malulusog na Gilagid

Kulay rosas at mahigpit na nakadikit sa ngipin ang gilagid nang walang di maipaliwanag na pagdurugo at pamamaga.



Malumanay na Sakit sa Gilagid

Namumula, namamaga at madaling nagdurugo ang gingival margin sa pagsisipilyo. Sa yugtong ito, hindi malubhang nasira ang mga periodontal tissue. Unti-unting huhupa ang malumanay na pamamaga sa gilagid na ito kung maagang natanggap ang paggamot.



Deposit ng Calculi

Ang mga deposito ng dental plaque sa gingival margin ay patitigasin ng laway na bubuo sa calculus. Ang mga magaspang na ibabaw ng calculi ay ginagawang mas mahirap alisin ang dental plaque. Pinaigting nito ang pagka-apon ng dental plaque, at pinalalala ang sakit sa gilagid.



Malubhang Sakit sa Gilagid

Kapag patuloy na napabayaan ang kalinisan sa bibig, patuloy na mamamaga at masisira ang periodontal issues. Natatanggal ang gilagid mula sa ibabaw ng ugat, sa gayon ang maliit na espasyong tinatawag na periodontal pocket ay namumuo. Uurong ang gilagid at nakasuportang buto at malalantad ang ugat.



Ang patuloy na pagkasira ng periodontal tissues ay nagreresulta sa karagdagang pag-urong ng mga nakapalibot na tisyung nakasuporta sa ngipin.



Nawawala ang suporta ng ngipin, umuuga at nagsisimulang matanggal, na nagdudulot ng puwang sa pagitan ng mga ngipin; nakakaapekto rin sa pagkagat sa pagitan ng mas mataas at mas mababang ngipin. Maaaring matanggal ang ngipin.

Magpatingin nang Maaga sa Dentista

Kung nagdurusa ka sa sakit sa gilagid, pumunta at magpatingin agad sa dentista upang maalís ang caculi. Magsasagawa ang dentista ng periodontal surgery upang maalís ang periodontal pocket.

Panatilihin ang Magandang Kalusugan sa Bibig upang Maiwasan ang Sakit sa Gilagid

Alisin nang Lubusang ang Dental Plaque

Sipilyuhin ang ngipin sa umaga at bago matulog sa gabi, at mag-floss araw-araw upang lubusang maalís ang dental plaque sa mga ibabaw ng ngipin.

MagpaCheck-up sa Ngipin Bawat Taon

Magpacheck-up sa ngipin bawat taon para sa maagang pagtuklas at paggamot ng sakit sa gilagid.

Huwag Manigarilyo

5 beses o higit na malamang pang mas mataas ang tsansang magkaroon ng sakit sa gilagid ang naninigarilyo kaysa sa hindi naninigarilyo. Nagiging sanhi ng paninikip ng mga daluyan ng dugo ang nikotina sa sigarilyo, ginagawang mahirap matukoy sa gayon ang sakit sa gilagid, na nagpapahintulot sa sakit na lumala nang hindi napapansin. Mangyaring huwag manigarilyo.

Linising Mabuti ang Mga Pustiso

Madaling naiipon sa ibabaw ng pustio ang dental plaque at tinga na nakakaapekto sa kalusugan ng periodontal.

Ang ilang mga chronic na sakit, tulad ng diabetes mellitus ay binabawasan ang resistensya ng katawan, na nagreresulta sa maagang sakit sa gilagid. Nagreresulta ang mga sakit na ito sa nakompromisong tugon ng immune o sistema ng pagpapagaling, nahihirapang pagalingin ang sakit sa gilagid kung hindi napanatili ang mabuting kalusugan sa bibig.

Sabihin ang 'Oo!' Lumayo sa Sakit sa Gilagid

Makakatipid ka ng pera at ilalayo ka sa kawalan ng ginhawa ng paggamot sa sakit ang pag-iwas sa sakit sa gilagid. Mas maliwanag ang buhay nang may malulusog na periodontal tissues. Mahalaga ang mga ngipin.