

مسوڑوں کی بیماری، ہر گز نہیں!

ٹوتھ برشنگ کرتے ہوئے آپ نے جنجی وئے (مسوڑے) سے خون بہنے کا تجربہ رکھتے ہوں گے، لیکن آپ کو شاید احساس ہی نہ ہوا ہو کہ آپ کسی موذی مرض میں مبتلا ہیں جو کہ دانت (پریاڈونٹل ٹشو) کی جڑوں کے گرد ریشوں کو تباہ کر دیتی ہے۔ مسوڑے کی بیماری۔ دانت کی سطح پر دانتوں کی پلک کی وجہ سے بیماری ہوتی ہے۔

دانتوں کی پلک اور مسوڑے کی بیماری

اگر دانت ٹھیک سے صاف نہ ہوا ہو، دانتوں کی پلک کے بیکٹیریا ٹاکسن چھوڑ دیتے ہیں، جو کہ ایک مدت کے لیے جنجی ول مارجن کے ساتھ چپکے رہتے ہیں، پریاڈونٹل ٹشو جلن، بشمول مسوڑے، پریاڈونٹل جھلی اور جڑے کی ہڈی، مسوڑے کی بیماری کا سبب بنتے ہیں۔

صحت مند مسوڑے

جنجی وئے گلابی ہوتا ہے اور دانت کے ساتھ نیچے مضبوطی کے ساتھ بغیر کسی خون یا سوجن کے جڑے ہوتے ہیں



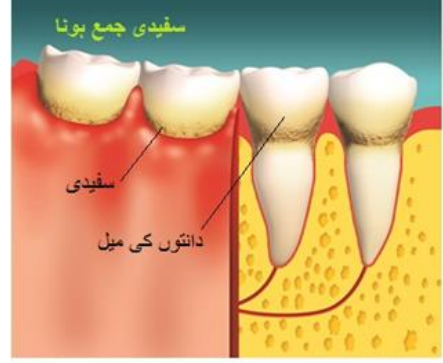
ہلکی مسوڑے کی بیماری

جنجی ول مارجن سرخ، سوجا ہوا، اور جنجی وئے ٹوتھ برشنگ سے آسانی سے خون نکل آتا ہے۔ اس مرحلے پر، پریاڈونٹل ٹشو شدت سے تباہ نہیں ہوئے ہوتے۔ اگر علاج جلد مل جاتا ہے تو یہ ہلکی جنجی ول میں سوجن آہستہ آہستہ کم ہو جاتی ہے۔



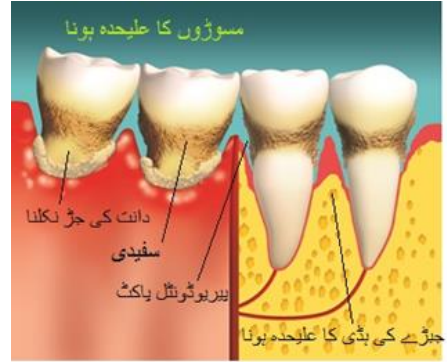
کلکولی ڈپازٹ

دانتوں کی پلیمک جنجی ول مارجن پر ذخیرہ ہو کر تھوک سے کیلسیفائیڈ ہو کر کلکولس بنا سکتی ہے۔ کلکولی کی کھردری سطحیں دانتوں کی پلیمک کو بٹانا زیادہ مشکل بناتی ہیں۔ یہ دانتوں کی پلیمک مزید اضافہ کرتی ہے، اور مسوڑوں کی بیماری کو مزید خراب کرتی ہے۔



شدید مسوڑے کی بیماری

جب منہ کی حفظان صحت متواتر خراب ہو، پریڈونٹل ٹشوز مسلسل سوزش اور تباہی کا شکار ہوتے رہیں گے۔ مسوڑا جڑ کی سطح سے الگ ہو جاتا ہے، اس سے چھوٹی سی خلاء پریڈونٹل پاکٹ بن جاتی ہے۔ مسوڑا اور سپورٹنگ ہڈی ختم ہو جائے گی اور جڑ سامنے آ جائے گی۔



مسلسل پریڈونٹل ٹشوز کی تباہی کے نتیجے میں دانت کے گرد سپورٹنگ ٹشوز مزید خاتمہ کا شکار ہوتے ہیں۔



دانت اپنی سپورٹ کھو دیتا ہے، ڈھیلا ہو جاتا ہے اور ہلنا شروع ہو جاتا ہے، دانتوں کے درمیان خلاء بڑھنے لگتی ہے، اوپر اور نیچے والے دانت کے کائے کو بھی متاثر کرتی ہے۔ دانت شاید باہر گر جائے۔

ڈینٹسٹ کو جلدی دیکھیں

اگر آپ کو مسوڑوں کی بیماری میں مبتلا ہیں، جائیں اور کلکولی کو ہٹانے کے لیے فوراً ڈینٹسٹ کو دیکھیں۔
ڈینٹسٹ پریڈونٹل پاکٹ کو ختم کرنے کے لئے پریڈونٹل سرجری کرے گا۔

مسوڑوں کی بیماری کو روکنے کے لیے اچھی منہ کی صحت کو برقرار رکھیں

دانتوں کی پلک کو مکمل طور پر ہٹائیں

صبح اور رات کو سونے سے پہلے دانتوں کو برش کرنا، اور دانت کی سطحوں سے مکمل طور پر دانتوں کی پلک کو ہٹانے کے لیے ہر روز فلوس کرنا۔

ہر سال دانتوں کا چیک اپ کروائیں

مسوڑوں کی بیماری کے جلد پتہ لگانے اور علاج کے لیے دانتوں کا سالانہ چیک اپ کروانا

تمباکو نوشی منع ہے

تمباکو نوشی کرنے والوں کو مسوڑوں کی بیماری لگنے کا امکان تمباکو نوشی نہ کرنے والے کے مقابلے میں 5 گنا یا اس سے زیادہ ہوتا ہے۔ سگریٹ میں نکوٹین خون کی نالیوں کو سکیزنے کا سبب بنتا ہے، مسوڑے کی بیماری کا پتہ لگانے کو مشکل بناتا ہے، بغیر پتہ لگے بیماری کے بڑھنے دیتا ہے۔ براہ کرم تمباکو نوشی نہ کریں۔

مصنوعی دانتوں کو مکمل طور پر صاف کریں

مصنوعی دانت کی سطح پر آسانی سے خوراک کے ذرات اور دانتوں کی پلک جمع ہو جاتی ہے، پریڈونٹل ہیلتھ کو متاثر کرتی ہے۔

کچھ دیرینہ بیماریاں، جیسے کہ ذیابیطس ملیٹس، جسمانی مزاحمت کو کم کر دیتی ہیں، مسوڑے کی بیماری کے بڑھنے کو آسان بناتی ہیں۔ ان بیماریوں کے نتیجے میں مفاہمتی مدافعتی رد عمل یا شفاء بخش نظام ہو جاتا ہے، لہذا اگر اچھی منہ کی صحت برقرار نہ رکھی جائے تو مسوڑے کی بیماری کی صحت یابی کو مشکل بنا دیتی ہے۔

ہاں 'کہو'! مسوڑے کی بیماری سے دور رہو

مسوڑوں کی بیماری سے بچاؤ آپ کے پیسے بچا سکتا ہے اور بیماری کے علاج میں تکلیف سے دور رکھ سکتا ہے۔
صحت مند پریڈونٹل ٹشوز کے ساتھ زندگی روشن ہے۔ دانت قیمتی ہیں۔