

## मसूड़े का रोग, दृगिज़ा नहीं!

आपने ब्रश करने पर मसूड़े (मसूड़े) से खून निकलने का अनुभव किया होगा, लेकिन आपको एहसास नहीं हुआ होगा कि आप एक पुरानी बीमारी से पीड़ित हैं, जो दाँत के जड़ के आसपास के ऊतकों (पीरियडोंटल टिशू) को नष्ट कर देती है, यह मसूड़े का रोग है।

### दाँतों का मैत और मसूड़े का रोग

यदि दाँतों को अच्छी तरह से साफ नहीं किया जाता है, तो दाँतों के मैत के बैक्टीरिया द्वारा जारी विषाक्त पदार्थ, जो कुछ समय से मसूड़े के कोर जमा हो रहे हैं, मसूड़ों, पीरियडोंटल शिल्पी और जबड़े की हड्डी सहित पीरियडोंटल ऊतकों को तकलीफ पहुँचाते हैं, जिससे मसूड़े का रोग होता है।

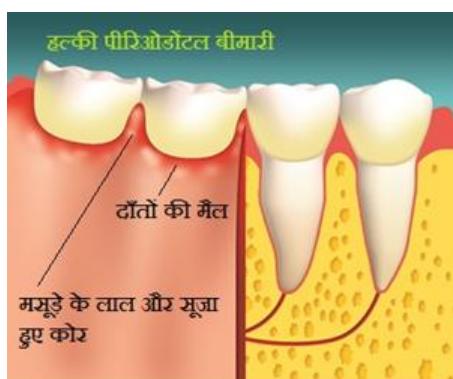
### स्वस्थ मसूड़े

मसूड़े गुलाबी हैं और दाँत से कसकर जुड़े हुए हैं अस्पष्टीकृत रक्तस्राव या सूजन नहीं है



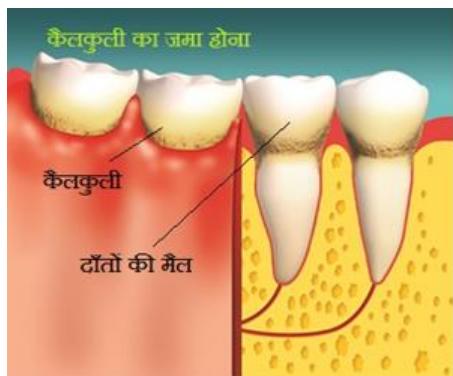
### मसूड़ों को हल्का रोग

मसूड़े लाल, सूजे हुए हैं और ब्रश करते समय मसूड़ों से खून आसानी से बहता है। इस समय तक में, पीरियडोंटल ऊतक गंभीरता से नष्ट नहीं होते हैं। यदि उपचार जल्दी कराया जाये तो यह हल्के मसूड़े की सूजन धीरे-धीरे कम हो जाएगी।



## कैलकुली जमा होना

दाँतों के मैल, मसूड़े के कोर पर जमा होती है, यही मैल लार की वजह से सर्वत हो जाते हैं और कैलकुली बन जाते हैं। कैलकुली की खुरदरी सतह से दाँतों के मैल को हटाना मुश्किल हो जाता है। यह दाँतों के मैल के लिए को बढ़ाता है, और मसूड़ों के योग को बदल देता है।

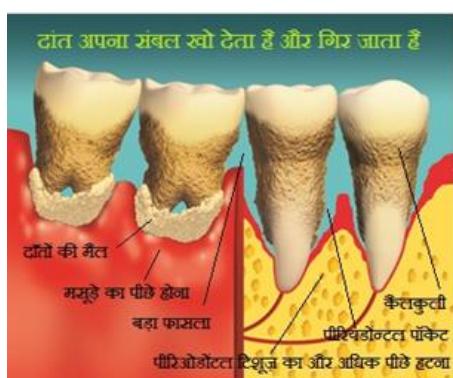


## मसूड़ों को गंभीर योग

जब मौखिक स्वच्छता लगातार खराब होती है, तो पीरियडोंटल ऊतक लगातार सूजे हुए और विनाश के अधीन। मसूड़े, जड़ के संपर्क से अलग हो जाते हैं और, वहां फ्रासला बढ़ जाया है जिसको पीरियडोंटल पॉकेट कहते हैं। मसूड़े और सहायक हड्डी पीछे हट जाएँगे और जड़ उत्तराधार हो जाएगा।



पीरियडोंटल ऊतकों के लगातार नष्ट होने से आसपास के दाँतों को सहायक देने वाले ऊतक पीछे हट जाते हैं।



दाँत संपर्क में नहीं है, वह ढीला हो गया और अपनी जगह से हिल गया, इससे दाँतों के बीच फ़ासला बढ़ गया; ऊपरी और निचले दाँतों के काटने की शक्ति को भी प्रभावित करता है। दाँत गिर सकता है।

### शीघ्र दंत विकित्सक के पास जाएँ

यदि आप मसूड़ों के रोग से पीड़ित हैं, तो तुरंत एक दंत विकित्सक के पास जाएँ और कैलकुली निकलवा दें। पीरियडोंटल पॉकेट को खत्म करने के लिए दंत विकित्सक पीरियडोंटल सर्जरी करेगा।

### मसूड़ों के रोग को योकने के लिए अच्छे मौखिक स्वास्थ्य बनाए रखें

दाँतों के मैल को पूरी तरह से हटा दें

दाँतों की सतहों पर से दाँतों के मैल को अच्छी तरह से हटाने के लिए हर दिन दाँतों को सुबह में उठने के बाद और रात में सोने से पहले, ब्रश और पत्तें स करें।

### हर साल दाँतों की जाँच करवाएँ

वार्षिक दाँतों की जाँच करने से मसूड़ों के रोग का जल्दी पता चलेगा और उपचार किया जा सकेगा।

### धूमपान नहीं करें

धूमपान करने वालों में मसूड़े का रोग विकसित होने की संभावना धूमपान न करने वालों की तुलना में 5 गुना या अधिक है। सिगरेट में मौजूद निकोटीन रक्त वाहिकाओं को सिकुड़ने का कारण बनता है, जिससे मसूड़ों के रोग का पता लगाना मुश्किल हो जाएगा और बिना जाने रोग की प्रगति हो जाएगी। कृपया धूमपान न करें।

### कृत्रिम दाँतों को अच्छी तरह से साफ करें

दाँतों के मैल और भोजन के टुकड़े आसानी से कृत्रिम दाँतों के सतह पर जमा होते हैं, जो पेरियोडोंटल स्वास्थ्य को प्रभावित करते हैं।

कुछ पुरानी बीमारियाँ, जैसे मधुमेह, शरीर की प्रतिरोधक क्षमता को कम करती हैं, जिससे मसूड़ों के रोग आसानी से बढ़ जाते हैं। इन बीमारियों के परिणामस्वरूप एक कमज़ोर प्रतिरक्षा प्रतिक्रिया या कमज़ोर विकित्सा प्रणाली होती है, अगर अच्छे मौखिक स्वास्थ्य को बनाए नहीं रखा जाता है तो इससे मसूड़ों के रोग को ठीक करना मुश्किल हो जाता है।

### बोलें 'हाँ!' मसूड़ों के रोग को दूर रखें

मसूड़ों के रोग की योकथाम से आपके पैसे बचेंगे और आपको बीमारी के इलाज में होने वाली असुविधा से दूर रहेंगे। स्वस्थ पीरियोडोंटल ऊतकों के संग जीतन उज्ज्वल है। दाँत अनमोल हैं।