

Paano Ka Magkakaroon ng Mga Pagkasira?

Turuan ang iyong mga pasyente kung paano iiwasan ang mga pagkasira.

Ang mga pagkasira, na tinatawag ding pagkabulok ng ngipin, o dental caries, ay ang pag-breakdown ng matitigas na tissue ng ngipin. Ang pag-breakdown na ito, o demineralization, ay dahil sa mga acid na ginagawa ng bacteria na makikita sa plaque. Ang pinsalang ito ay maaaring humantong sa pagkakaroon ng mga uka o butas (mga pagkasira) at hindi katagalan ay mangangailangan ng propesyonal na paggamot. Maaaring tanggalin ng iyong dentista ang bulok at lagyan ng pasta ang sira. Kung hindi gagamutin, maaaring masira ang iyong ngipin dahil sa pagkabulok ng ngipin.



Antas 1

Antas 2

Antas 3

Antas 4

Mga Antas ng Pagkabulok ng Ngipin

- **Antas 1:** Ang puti o brown na spot sa surface ng ngipin ay maaaring senyales ng nagsisimulang pagkabulok. Kung magsisipilyo gamit ang fluoride toothpaste at magfo-floss, maaari itong mapigilan sa pagkasira.
- **Antas 2:** Umabot na ang bulok sa surface layer ng matigas na enamel ng ngipin.
- **Antas 3:** Ngayong umabot na ang sira sa enamel hanggang sa mas malambot na layer ng ngipin, mas mabilis nitong masisira ang istruktura ng ngipin dahil hindi ganoon katigas ang mga layer ng ngipin sa ilalim ng enamel.
- **Antas 4:** Kung hindi mapapastahan ang sira, maaari itong magdulot ng mga mas malaking problema na mas malalim na bahagi sa ngipin. Ito ang dahilan kaya mahalagang regular na magpatingin sa iyong dental team.

Kung nabubulok ang iyong ngipin, maaari kang kausapin ng iyong dental team tungkol sa mga pasta, fluoride, o iba pang pagpipilian sa paggamot.

Sundin ang mga tip na ito para makatulong na maiwasan ang mga pagkasira:

- Iwasan ang mga pagkain at inuming maraming asukal na nagpaparami sa bacteria sa iyong bibig.
- Gumamit ng toothpaste at mouthwash na may lamang fluoride – pinapatibay ng fluoride ang enamel ng ngipin para makatulong na maiwasan ang mga pagkasira.
- Magsipilyo nang mabuti bawat araw para matanggal ang plaque. Mag-floss araw-araw para matanggal ang plaque sa pagitan ng mga ngipin.
- Kausapin ang iyong dentista tungkol sa anumang medikal na kundisyon o gamot na iniinom mo – makakapagdulot ng mas kaunting pagdaloy ng laway ang dalawa na maaaring humantong sa pagkabulok ng ngipin dahil hindi natural na nalilinis ang mga ngipin.
- Makakapagdulot ng mga problema sa pagkabulok ng ngipin ang iba pang salik; pagkalulong sa alak, paggamit ng tabako, mga disorder sa pagkain – makipag-usap sa iyong dentista o doktor kung mayroon kang anumang alalahanin.

Inirerekumenda naming subukan mo ang mga produktong ito:

☐ Oral-B Electric Rechargeable Toothbrush

☐ Crest at Oral-B Mouthwash:

☐ Oral-B Manu-manong Toothbrush

☐ Oral-B Floss:

☐ Crest Toothpaste