

Mga Dumurugong Gilagid: Turuan ang iyong mga pasyente tungkol sa mga dahilan ng mga dumurugong gilagid at kung paano gagamutin ang mga ito.

Maaaring magdulot ng alarma kung may mapapansing mga dumurugong gilagid habang nagsisipilyo o nagfo-floss. Kadalasan, ang dahilan ng mga dumurugong gilagid ay kasing simple ng pagsisipilyo nang masyadong madiin, pero sa ilang pagkakataon ay maaaring sintomas ito ng isang bagay na mas malala.

Mga Dahilan ng Mga Dumurugong Gilagid

Ang isa sa pinakamalaking dahilan ng mga dumurugong gilagid ay ang pagkakaipon ng plaque sa mga ngipin. Kung papabayaang hahantong ito sa gingivitis, isang paunang antas ng sakit sa gilagid. Kasabay ng mga dumurugong gilagid, kasama sa mga sintomas ng gingivitis ang mga mapula at namamagang gilagid.

Nagkakaroong gingivitis kapag naipon ang plaque, na naglalaman ng bacteria, sa mga ngipin at gumagawa ng mga toxin na nagdudulot ng iritasyon sa gilagid. Kasama sa mga senyales ng gingivitis ang mga nagdurugo, namamanhid, masakit, namamaga o namumulang gilagid. Mahalagang kontrolin ang gingivitis para hindi ito lumala sa mas matinding anyo ng sakit sa gilagid.

Ang araw-araw na pag-aalis ng plaque ang pinakamagandang proteksyon laban sa gingivitis. Kasama sa iba pang salik na maaaring magpataas sa posibilidad na magkaroon ka ng gingivitis ang paninigarilyo, stress, mga pagbabago sa mga hormone, hindi magandang nutrisyon, gamot at hindi gumagaling na sakit.

Paggamot at Pag-iwas sa Gingivitis

Narito ang ilang mahalagang paraan para makatulong na mapamahalaan ang gingivitis, at tandaan, kailangan lang panatilihin walang plaque ang iyong mga ngipin hangga't maaari:

- Magsipilyo nang mabuti nang dalawang beses sa isang araw gamit ang antigingivitis na toothpaste.
- Magmumog nang mabuti gamit ang antigingivitis na mouthwash.
- Gumamit ng manu-mano o electric na sipilyong may malambot na bristle.
- Araw-araw mag-floss.
- Regular na bumisita sa iyong dental professional.

Mga Dahilan at Paggamot sa Gingivitis Habang Nagbubuntis

Ang gingivitis habang buntis ay dahil sa pagtaas ng hormone na progesterone na maaaring magdulot ng pagtaas ng pagdaloy ng dugo sa mga tissue ng gilagid kaya nagiging sensitibo, namamaga at mas malamang na magdugo ang mga ito kapag nagsisipilyo at nagfo-floss ka. Dahil sa mga pagbabagong ito sa hormone, maaaring maging madali para sa ilang partikular na bacteria na nagdudulot ng gingivitis na dumami at gawing mas masakit ang tissue ng gilagid. Bagama't maaaring magkaroon ng gingivitis habang buntis anumang oras sa pagitan ng pangalawa at pangwalong buwan, kadalasang mas malala ito sa panahon ng pangalawang trimester.

Ang pagkontrol sa plaque ang pinakamahalagang bagay na magagawa mo para mapigilan ang mga problema sa gingivitis habang buntis. Dapat magsimula ng mahigpit na regular na pangangalaga sa bahay para sa wasto at mabusising pagtatanggal ng plaque bago ka pa magbuntis. Hindi magkakapareho ang lahat ng produkto para sa pangangalaga sa mga ngipin at loob ng bibig, kaya tiyaking pumili ng toothpaste at mouthwash na dinisenyong gamutin ang plaque at gingivitis. Sumubok din ng malambot na electric na sipilyo para gawing mas madali ang pagtatanggal ng plaque.

Maaari ding dumugo ang iyong gilagid dahil sa mga gamot na pampalabnaw ng dugo. Kung sa palagay mo ay dahil sa gamot ang pagdurugo ng iyong gilagid, makipag-ugnayan sa iyong dentista.

Paggamot sa Mga Dumurugong Gilagid

Ang pinakamagandang paraan para malaman ang dahilan ng iyong mga dumurugong gilagid ay ang pag-book ng appointment sa isang dental professional. Mapapayuhan ka ng iyong dentista o dental hygienist tungkol sa pinakamahuhusay na paggamot sa mga dumurugong gilagid alinsunod sa iyong mga sintomas.

Inirerekumenda naming subukan mo ang mga produktong ito:

☐ Oral-B Electric Rechargeable Toothbrush

☐ Oral-B Manu-manong Toothbrush

☐ Crest Toothpaste

☐ Crest at Oral-B Mouthwash:

☐ Oral-B Floss: