



এটি সম্পর্কে আপনার যা জানা উচিত: Periodontal রোগ, প্রতিরোধ, এবং আপনি

আপনি নিজেই আপনার শরীরের প্রযত্নকারী হন!

- আপনার Medicaid সুবিধাগুলির মধ্যে দাঁতের চিকিৎসা অন্তর্ভুক্ত।
- একটি স্বাস্থ্যবান মুখ রক্ষণাবেক্ষণের ক্ষেত্রে সাহায্যের উদ্দেশ্যে আপনার ডেন্টাল সুবিধাগুলি ব্যবহার করুন।

এই Medicaid ডেন্টাল সুবিধাগুলি আপনাকে periodontal রোগগুলির প্রতিরোধ করতে সাহায্য করতে পারে।

- রুটিন দাঁত সংক্রান্ত পরীক্ষাগুলি, এক্স-রে, এবং পরিষ্কার করা
- আপনাকে ধূমপান পরিত্যাগ করতে সহায়তা করার জন্য কাউন্সেলিং।

আপনার সুবিধাগুলির ব্যবহার সম্পর্কে আপনার যদি কোন প্রশ্ন থাকে, তবে আপনার Medicaid কার্ডের পেছনে তালিকাভুক্ত ফোন নম্বরটিতে কল করুন।



প্লাক বা দন্তমল পরিষ্কার করুন। দিনে দুইবার দাঁত মাজুন ক্লোরাইডযুক্ত মাজন দিয়ে।



রুটিন পরীক্ষাগুলি, এক্স-রে, এবং পরিষ্কার করার জন্য, আপনার দস্তাচিকিৎসকের সঙ্গে নিয়মিতভাবে যোগাযোগ রাখুন।



পূর্ণ শস্যদানা, ফল এবং সবজি সমৃদ্ধ একটি স্বাস্থ্যকর খাদ্যতালিকা অনুসরণ করুন।



প্রত্যেক দিন আপনার দাঁতের ফাঁকে জমে থাকা বস্তুগুলি পরিষ্কার বা ফ্লস করুন।



আপনাকে ধূমপান পরিত্যাগ করতে সহায়তা করার জন্য পরামর্শ নিয়ে দেখুন।

PERIODONTAL রোগ সম্পর্ক বোধ গঠন করা

আপনি কি জানেন...?

- Periodontitis, **মাড়ির রোগ** নামেও পরিচিত। এটি হল একটি গুরুতর মাড়ির সংক্রমণ।
- Periodontal রোগগুলির কারণ হল প্লাক বা দন্তমল। প্লাক বা দন্তমল হল ব্যাকটেরিয়ার একটি নরম, আঠালো আচ্ছন্ন যোটি আপনার দাঁতগুলিতে জমা হয়।
- দন্তমল নরম তন্তুগুলিকে ক্ষতিগ্রস্ত করে। চিকিৎসা না করা হলে, এটি আপনার দাঁতগুলিকে ধরে রাখা হাড়টিকে ক্ষতিগ্রস্ত করতে পারে। এটি দাঁতগুলিকে আলাগ করার এবং/অথবা দাঁত পড়ে যাওয়ার দিকে ধাবিত করতে পারে।

Periodontal রোগের চারটি পর্যায়:

পর্যায় 1: Gingivitis

- অস্থিহানি ছাড়া গিঙ্গিভা এর (মাড়ির) প্রদাহ।

পর্যায় 2: প্রাথমিক Periodontitis রোগ

- মাড়ি এবং আশপাশের তন্তুগুলির প্রদাহ যা শীঘ্র অস্থিহানির কারণ ঘটায়।

পর্যায় 3: মাঝারি আকারের Periodontitis রোগ

- মাড়ি এবং আশপাশের তন্তুগুলির প্রদাহ যা মাঝারি পরিমাণ অস্থিহানির কারণ ঘটায়।

পর্যায় 4: অগ্রবর্তী হওয়া Periodontitis রোগ

- মাড়ি এবং আশপাশের তন্তুগুলির প্রদাহ যা তীব্রভাবে অস্থিহানির কারণ ঘটায়।

Periodontal রোগের অন্যান্য প্রকারগুলি:

অ্যাকিউট নেক্রোটাইজিং আলসারেটিভ Gingivitis (Acute Necrotizing Ulcerative Gingivitis, ANUG)

- Periodontal রোগের একটি তীব্র এবং যন্ত্রণাদায়ক প্রকার যা মুখের মধ্যে গভীর ক্ষতের ফলাফল সৃষ্টি করে। এটি সাধারণত নিকৃষ্ট মুখগহ্বরের স্বাস্থ্যবিধি এবং নিম্নমানের খাবারের কারণে ঘটে থাকে।

গর্ভাবস্থায় Gingivitis

- গর্ভবতী মহিলাদের ক্ষেত্রে সাধারণ এবং গর্ভাবস্থাকালীন হরমোনের পরিবর্তনের কারণে ঘটে।

Periodontal রোগের

সতর্কতামূলক লক্ষণগুলি:

- নিঃশ্বাসে দুর্গন্ধ যা দূর হয় না
- লাল হওয়া, ফুলে ওঠা, অথবা রক্তপাত হতে থাকা মাড়ি
- মাড়ি গুটিয়ে যাওয়া অথবা দাঁতগুলি লম্বা দেখানো
- চিবানোর সময়ে যন্ত্রণা হওয়া
- আলাগা অথবা সংবেদনশীল দাঁত

Periodontal রোগের ঝুঁকির

উপাদানগুলি:

- মুখগহ্বরের নিকৃষ্ট স্বাস্থ্যবিধি
- ধূমপান করা
- Diabetes
- ড্রাই মাউথ বা শুকনো মুখগহ্বরের কারণ ঘটানো ওষুধগুলি খাওয়া
- স্ত্রী হরমোনগুলির পরিবর্তন, যেমন গর্ভাবস্থায় অথবা মুখের মাধ্যমে খাওয়া জন্মনিরোধকগুলি
- অন্তর্নিহিত অনাক্রম্যতার অভাব (যেমন AIDS)
- উত্তরাধিকার
- মানসিক চাপ

PERIODONTAL রোগ প্রতিরোধ করা

আপনি কী করতে পারেন?