



## 须知事项：

# Periodontal、 预防措施 以及您自己

### 做您自己的健康守护者！

- 您的 Medicaid 福利包括牙科保险。
- 利用您的牙科福利，让自己保持口腔健康。

### 以下 Medicaid 牙科福利可以帮助您预防 Periodontal：

- 常规的牙科检查、X 光片，以及牙清洁
- 帮助您戒烟的咨询服务。

如果您对使用福利有疑问，请拨打列于您 Medicaid 卡背面上的电话号码。



摆脱牙菌斑。  
每天刷两次牙，  
使用含氟牙膏。



定期看牙医进行常规的检查、X 光片和清洁。



保持健康的饮食习惯食用全谷物、水果和蔬菜。



每天清洁牙齿或使用牙线刷牙。



尝试做咨询，帮助您戒烟。

## 了解PERIODONTAL

### 您是否知道...？

- Periodontitis也称**牙龈疾病**。牙周病属于严重的牙龈感染。
- Periodontal由牙菌斑引起。牙菌斑是柔软的细菌粘层，会堆积附着在牙齿表面。
- 牙菌斑会破坏软组织。如果不经治疗，牙菌斑可摧毁支撑牙齿的骨质。这可能会导致牙齿疏松、敏感和/或牙齿脱落。

### Periodontal的 4 个阶段：

#### 阶段 1: Gingivitis

- 牙龈（牙龈）发炎，无骨质流失。

#### 阶段 2: 早期Periodontitis

- 牙龈和周围组织发炎，导致早期骨质流失。

#### 阶段 3: 中度Periodontitis

- 牙龈和周围组织发炎，导致中度骨质流失。

#### 阶段 4: 重度Periodontitis

- 牙龈和周围组织发炎，导致严重的骨质流失。

### 其他类型的Periodontal：

#### 急性坏死溃疡性Gingivitis (ANUG)

- 一种严重且疼痛的Periodontal，会导致口腔深处溃疡。通常由不良的口腔卫生和不良的饮食引起。

#### 妊娠期Gingivitis

- 常见于孕妇人群，由妊娠期间的荷尔蒙变化引起。

### Periodontal的警告信号： Periodontal的风险因素：

- 持续的口臭
- 牙龈红、肿或出血
- 牙龈萎缩或牙齿变长
- 咀嚼有痛感
- 牙齿疏松或敏感
- 不良口腔卫生习惯
- 吸烟
- Diabetes
- 服用导致口干的药物
- 女性荷尔蒙变化，例如怀孕或口服避孕药
- 潜在的免疫缺陷（例如，艾滋病）
- 遗传
- 压力

## 预防PERIODONTAL

### 您可以做些什么？