

¿Ha agregado los chequeos dentales a su atención de rutina de la diabetes?

¡La diabetes y la salud bucal están conectadas!

Si tiene diabetes, integrar la salud bucal a su rutina de atención puede ayudar a que su cuerpo se mantenga sano. ¿Ha ido al dentista este año? Al igual que con los exámenes de los pies, de la vista y para medir el azúcar en la sangre, también debe ir al dentista.

Una calle de doble sentido

Cuando usted mantiene la salud de sus dientes, su salud general es mejor. Cuando cuida de su diabetes, su salud bucal puede mejorar. También hay riesgos: **La enfermedad de las encías puede hacer que la diabetes empeore y la diabetes puede incrementar el riesgo de padecer enfermedad de las encías.** ¡Por eso son tan importantes los chequeos dentales!



Preguntas que debe hacerse



¿Cuándo fue la última vez que fui al dentista?



¿Conozco la forma en que la diabetes afecta a mis dientes y encías?



¿Tengo alguna inquietud sobre mi salud bucal?



¿Sé por qué una boca sana es parte importante de mi control de la diabetes?

¿Qué debe hacer?

Los problemas de salud bucal y la enfermedad de las encías pueden presentarse de muchas formas distintas, o usted podría no tener ningún síntoma.

De cualquier forma, es importante que vaya al dentista al menos una vez al año.

Incluso si no tiene dientes, es importante que se haga un chequeo dental, el cual incluye una prueba de detección de cáncer bucal y una revisión de dentaduras postizas. Si tiene diabetes, asegúrese de:



- ▶ Hacerse un examen dental anual: hable con su dentista sobre sus medicamentos o afecciones médicas.
- ▶ Cepillarse los dientes y usar hilo dental regularmente: cuando esté en casa, practique buenos hábitos de salud bucal.
- ▶ Decirle a su dentista si tiene síntomas de enfermedad de las encías. Hable con su dentista si usted:
 - » Tiene dolor de encías o encías inflamadas o sangrantes
 - » Ha perdido dientes
 - » Tiene un mal sabor en la boca o mal aliento
- ▶ Tome su medicamento para la diabetes. Manténgase al día para mantenerse saludable.
- ▶ Deje de fumar. Consumir tabaco empeora la enfermedad de las encías.

Sus beneficios dentales

Todos los miembros tienen un paquete integral de beneficios dentales que incluye servicios como los siguientes:



- ▶ Exámenes, radiografías y limpiezas
- ▶ Tratamientos con flúor
- ▶ Limpieza profunda para la enfermedad de las encías
- ▶ Empastes
- ▶ Extracciones de dientes
- ▶ Dentaduras postizas parciales
- ▶ Dentaduras postizas completas
- ▶ Coronas
- ▶ Endodoncias

Pueden aplicarse limitaciones.

¿Necesita ayuda para encontrar un dentista? Podemos ayudarle

Puede encontrar un enlace al directorio de proveedores de su plan dental en nuestro sitio web. Su plan dental se encuentra en la parte posterior de su tarjeta de identificación de miembro. Si no encuentra su tarjeta, no sabe cuál es su plan dental, necesita transporte o necesita servicios de traducción u otros servicios de idiomas, llame al Departamento de Atención al Cliente de CareOregon al 503-488-2822, 855-722-8206 o TTY 711. También puede enviarnos un mensaje seguro a través de nuestro portal en colpachealth.org/portal



Puede obtener esta carta en otros idiomas, en letra grande, en braille o en el formato que usted prefiera. También puede solicitar un intérprete. Esta ayuda es gratuita. Llame al 855-722-8206 o TTY 711.