

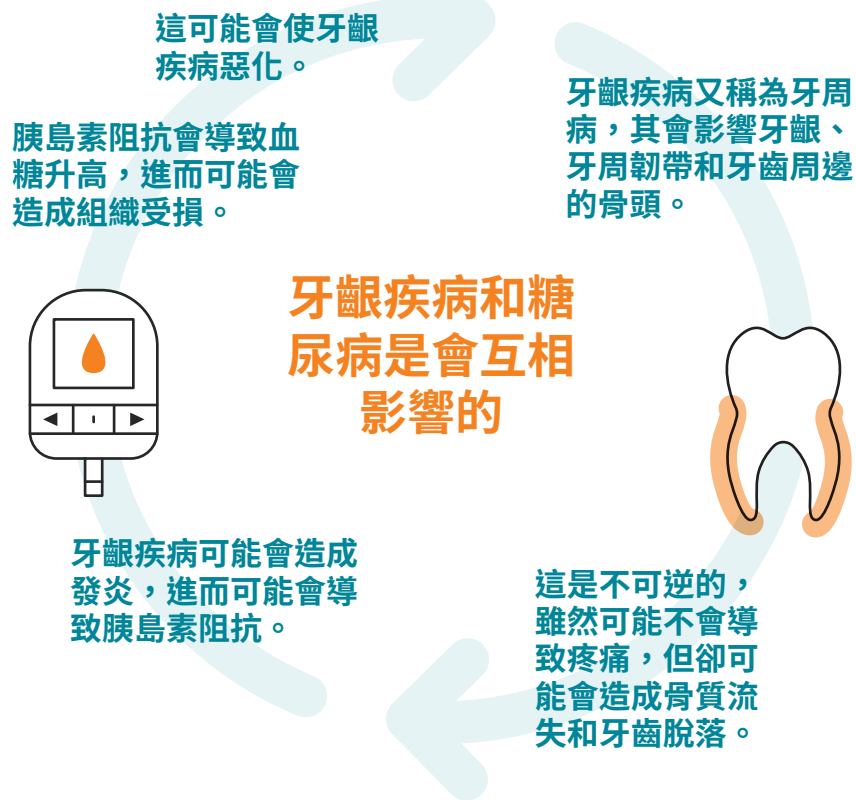
# 您有將牙齒檢查加入您的例行糖尿病照護中嗎？

## 糖尿病和口腔健康息息相關！

如果您患有糖尿病，將口腔健康納入您的例行照護中可能有助您保持身體健康。您今年看牙醫了嗎？就和接受足部檢查、眼睛檢查和血糖檢查一樣，您也應接受牙醫看診。

## 糖尿病與口腔健康是會互相影響的

若您保持牙齒健康，您將能改善整體健康。若您控制糖尿病，您的口腔健康可能會有所改善。風險也是雙向的：**牙齦疾病可能會使糖尿病惡化，而糖尿病可能會增加牙齦疾病的風險。**正因如此，牙齒檢查非常重要！



## 應詢問自己的問題



我上次去看牙醫是什麼時候？



我瞭解糖尿病會對牙齒和牙齦造成什麼影響嗎？



我對自己的口腔健康有任何疑慮嗎？



我瞭解為何口腔健康是糖尿病管理中的重要一環嗎？

## 您該怎麼做？

口腔健康問題和牙齦疾病可能會透過許多方式顯現，或者您也可能完全沒有任何徵兆或症狀。**無論如何，每年仍請務必至少看一次牙醫。**

即使您沒有牙齒，接受牙齒檢查仍十分重要，牙齒檢查包括口腔癌篩檢和假牙檢查。如果您患有糖尿病，請務必：

- ▶ 接受年度牙齒檢查：告訴牙醫您的藥物和／或醫療病症。
- ▶ 定時刷牙並使用牙線潔牙：當您在家時，請養成良好的口腔健康習慣。
- ▶ 如果您出現牙齦疾病的症狀，請告知您的牙醫。如果您發生下列狀況，請諮詢您的牙醫：
  - » 牙齦疼痛、腫脹或流血
  - » 牙齒鬆動
  - » 口腔內出現怪味或有口臭
- ▶ 服用糖尿病藥物。按時服藥以保持健康。
- ▶ 戒煙。使用煙草會使牙齦疾病惡化。



## 您的牙科福利

所有會員均享有綜合牙科福利組合，其中包括諸如以下服務：

- ▶ 檢查、X光及洗牙
  - ▶ 氟化物治療
  - ▶ 牙齦疾病的深層洗牙
  - ▶ 補牙
  - ▶ 拔牙
  - ▶ 局部假牙
  - ▶ 全口假牙
  - ▶ 牙冠
  - ▶ 根管治療
- 可能有限制。



## 需要協助尋找牙醫嗎？ 我們可以提供協助

您可在我們的網站找到您牙科計劃醫療服務提供者名錄的連結。您的牙科計劃就列於會員卡的背面。如果您找不到會員卡、您不確定自己的牙科計劃是什麼、您需要接送服務，或者您需要翻譯服務或其他語言服務，請致電 503-416-4100、800-224-4840 或聽障專線 711 與 CareOregon 客戶服務部聯絡。



您可以獲得本文件的其他語言版本、大字版、盲文版或您慣用的格式。您也可以申請口譯員。該協助是免費的。請致電 800-224-4840 或聽障專線 711。

[careoregon.org](http://careoregon.org)

OHP-HSO-21-2426

COD-HSO-20139170-MEMBER-CC-1020

