

Quý vị có đang bổ sung thăm khám nha khoa vào quá trình chăm sóc bệnh tiểu đường định kỳ của mình chưa?

Bệnh tiểu đường và sức khỏe răng miệng có mối liên hệ với nhau!

Nếu quý vị bị bệnh tiểu đường, việc đặt chăm sóc sức khỏe răng miệng làm một phần trong quá trình chăm sóc sức khỏe định kỳ có thể giúp giữ cho cơ thể quý vị khỏe mạnh. Quý vị đã thăm khám với nha sĩ trong năm nay chưa? Cũng giống như các xét nghiệm chân, mắt và đường huyết, quý vị cũng nên đến gặp nha sĩ.

Đường hai chiều

Khi quý vị giữ cho hàm răng chắc khỏe, sức khỏe tổng quát của quý vị sẽ tốt hơn. Khi quý vị chăm sóc bệnh tiểu đường, sức khỏe răng miệng của quý vị có thể được cải thiện. Cũng có những rủi ro: **Bệnh nướu răng có thể làm cho bệnh tiểu đường trở nên trầm trọng hơn, và bệnh tiểu đường có thể làm tăng nguy cơ mắc bệnh nướu răng.** Đây là lý do tại sao việc thăm khám nha khoa rất quan trọng!

Điều này có thể làm cho bệnh nướu răng trở nên trầm trọng hơn.

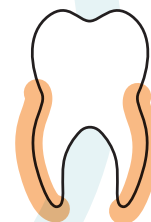
Kháng insulin khiến lượng đường trong máu tăng lên, có thể dẫn đến tổn thương mô.



Bệnh nướu răng có thể gây viêm, dẫn đến kháng insulin.

Bệnh nướu răng và bệnh tiểu đường – đây là con đường hai chiều

Bệnh nướu răng, còn được gọi là bệnh nha chu, ảnh hưởng đến nướu, dây chằng và xương xung quanh răng.



Tình trạng này không thể phục hồi, có thể không gây đau và có thể dẫn đến mất cả xương và răng.

Câu hỏi để tự hỏi bản thân



Lần cuối cùng tôi đến nha sĩ là khi nào?



Tôi có biết bệnh tiểu đường ảnh hưởng đến răng và nướu của tôi như thế nào không?



Tôi có bất kỳ lo lắng nào về sức khỏe răng miệng của mình không?



Tôi có biết tại sao có bộ răng miệng khỏe mạnh lại là một phần quan trọng trong việc kiểm soát bệnh tiểu đường của mình không?

Quý vị nên làm gì?

Các vấn đề sức khỏe răng miệng và bệnh nướu răng có thể biểu hiện theo nhiều cách, hoặc quý vị cũng có thể không có bất kỳ dấu hiệu hoặc triệu chứng nào. **Dù thế nào đi nữa, điều quan trọng vẫn là quý vị nên đến thăm khám với nha sĩ ít nhất mỗi năm một lần.**

Ngay cả khi quý vị không còn hàm răng thật, điều quan trọng là phải kiểm tra sức khỏe răng miệng, bao gồm tầm soát ung thư miệng và kiểm tra bộ răng giả. Nếu quý vị bị tiểu đường, hãy chắc chắn rằng quý vị:



- ▶ Làm xét nghiệm răng hàng năm: Cho nha sĩ biết về các loại thuốc và/hoặc tình trạng y tế của quý vị.
- ▶ Chải và dùng chỉ nha khoa thường xuyên: Khi ở nhà, quý vị hãy tập những thói quen tốt cho sức khỏe răng miệng.
- ▶ Nói với nha sĩ nếu quý vị có các triệu chứng của bệnh nướu răng. Nói với nha sĩ của mình nếu quý vị gặp:
 - » Đau, sưng hoặc chảy máu nướu răng
 - » Răng lung lay
 - » Có vị khó chịu trong miệng hoặc hơi thở có mùi hôi
- ▶ Uống thuốc điều trị bệnh tiểu đường của quý vị. Hãy cập nhật để giữ gìn sức khỏe.
- ▶ Bỏ thuốc lá. Sử dụng thuốc lá khiến bệnh nướu răng trở nên trầm trọng hơn.

Quyền lợi về nha khoa của quý vị

Tất cả các thành viên đều có gói quyền lợi nha khoa toàn diện bao gồm các dịch vụ như:



- ▶ Khám răng, chụp X-quang và vệ sinh răng
- ▶ Phương pháp điều trị bằng florua
- ▶ Làm sạch sâu để điều trị bệnh nướu răng
- ▶ Trám răng
- ▶ Nhổ răng
- ▶ Làm răng giả một phần
- ▶ Làm răng giả toàn diện
- ▶ Bọc mão răng
- ▶ Lấy ống tủy

Các giới hạn có thể được áp dụng.

Quý vị cần giúp đỡ tìm một nha sĩ? Chúng tôi có thể giúp

Quý vị có thể tìm thấy một liên kết đến danh bạ nhà cung cấp trong chương trình nha khoa của quý vị trên trang mạng của chúng tôi. Trên mặt sau thẻ ID Thành viên của quý vị có thông tin về chương trình bảo hiểm nha khoa của quý vị. Nếu quý vị không tìm thấy thẻ của mình, không chắc chắn về chương trình nha khoa của mình, cần xe đưa đón hoặc cần bản dịch hoặc các dịch vụ ngôn ngữ khác, hãy gọi Bộ phận Dịch vụ Khách hàng CareOregon theo số 503-416-4100, 800-224-4840 hoặc TTY 711.



Quý vị có thể nhận thư này bằng các ngôn ngữ khác, bản in chữ lớn, chữ nổi braille hoặc bằng một định dạng mà quý vị muốn. Quý vị cũng có thể yêu cầu một thông dịch viên miễn phí. Gọi 800-224-4840 hoặc TTY 711.