

# Включаете ли вы стоматологические осмотры в свое плановое лечение диабета?

## Диабет и здоровье полости рта взаимосвязаны!

Если у вас диабет, включение гигиены полости рта в свое плановое лечение может помочь сохранить здоровье вашего организма. Вы были на приёме у своего стоматолога в этом году? Точно так же, как проводится обследование стоп, глаз и уровня сахара в крови, вам также следует посетить своего стоматолога для осмотра полости рта.

### Палка о двух концах

Когда вы следите за здоровьем своих зубов, улучшается ваше общее состояние здоровья. Когда вы предупреждаете проявление симптомов диабета, ваше здоровье полости рта может улучшиться. Здесь тоже существует опасность: **Заболевание десен может усугубить диабет, а диабет может привести к увеличению степени риска возникновения заболевания десен.** Вот почему так важны стоматологические осмотры!



## Вопросы, которые следует задать себе



Когда я в последний раз был(-а) на приёме у стоматолога?



Знаю ли я, как диабет влияет на мои зубы и десны?



Есть ли у меня какие-либо опасения по поводу здоровья моей полости рта?



Знаю ли я, почему здоровье полости рта является важной частью моего лечения диабета?

## Какие действия мне следует предпринять?

Заболевания полости рта и десен могут проявляться по-разному, или у вас вообще не быть никаких признаков или симптомов. В любом случае, по-прежнему важно посещать стоматолога не реже одного раза в год.

Даже если у вас нет зубов, важно проходить стоматологический осмотр, который включает в себя обследование на наличие рака полости рта и проверку зубных протезов. Если у вас диабет, убедитесь, что вы:

- ▶ Проходите ежегодный стоматологический осмотр: Расскажите своему стоматологу о принимаемых вами лекарствах и/или своих заболеваниях.
- ▶ Регулярно чистите зубы щеткой и нитью: Когда вы дома, практикуйте хорошие привычки в области гигиены полости рта.
- ▶ Сообщите своему стоматологу, если у вас есть симптомы заболевания десен. Поговорите со своим стоматологом, если у вас есть/если вы:
  - » Воспаленные, опухшие или кровоточащие десны
  - » Шатающиеся зубы
  - » Неприятный привкус во рту или неприятный запах изо рта
- ▶ Принимаете лекарство от диабета. Остаётесь в курсе событий, чтобы сохранить своё здоровье.
- ▶ Отказались от курения. Употребление табака усугубляет заболевание десен.



## Ваше льготное зубоветрическое обслуживание

Все участники программы имеют комплексный пакет стоматологических льготных услуг, который включает в себя такие услуги, как:

- ▶ Обследования, рентгенография и чистка
- ▶ Обработка зубов фторидом
- ▶ Глубокая чистка при заболеваниях десен
- ▶ Пломбирование зубов
- ▶ Удаление зубов
- ▶ Частичные съемные протезы
- ▶ Полносъемные зубные протезы
- ▶ Коронки
- ▶ Корневые каналы

*Могут применяться ограничения.*



## Нуждаетесь в помощи в поиске стоматолога? Мы можем помочь

Вы можете найти ссылку на каталог поставщиков услуг стоматологического плана на нашем веб-сайте. Название вашего плана стоматологического страхования указано на оборотной стороне вашей идентификационной карты участника. Если вы не можете найти свою карту, не знаете своего стоматологического плана обслуживания, нуждаетесь в транспортных перевозках, в переводе на родной язык или других языковых услугах, позвоните в Службу поддержки клиентов программы CareOregon по телефону 503-416-4100, 800-224-4840 или TTY 711.



Вы можете получить этот документ на других языках, напечатанный крупным шрифтом, шрифтом Брайля или в предпочитаемом вами формате. Вы можете также сделать запрос на предоставление вам услуг переводчика. Эта помощь предоставляется бесплатно. Звоните по тел. 800-224-4840 или для лиц с нарушениями слуха TTY 711.