

Programa tu VISITA AL DENTISTA

2x

MAY 12

Visita a tu dentista dos veces al año para limpiezas bucales, rayos-x y revisiones dentales.



Notifica a tu dentista que tienes diabetes. Informa cambios en tu salud o medicamentos a tu dentista.

Llama a tu dentista inmediatamente si presentas alguno de los siguientes síntomas:



- Irritación bucal
- Hormigueo
- Entumecimiento
- Dolor
- Curación lenta
- Enrojecimiento
- Hinchazón
- Sangrado de las encías
- Boca seca
- Micosis (candidiasis) manchas blancas o rojas en la lengua o en la boca y la garganta
- Dientes flojos



Referencias y otros recursos

American Dental Association
www.ada.org

National Institute of Diabetes and Digestive
Kidney Diseases
www.niddk.nih.gov

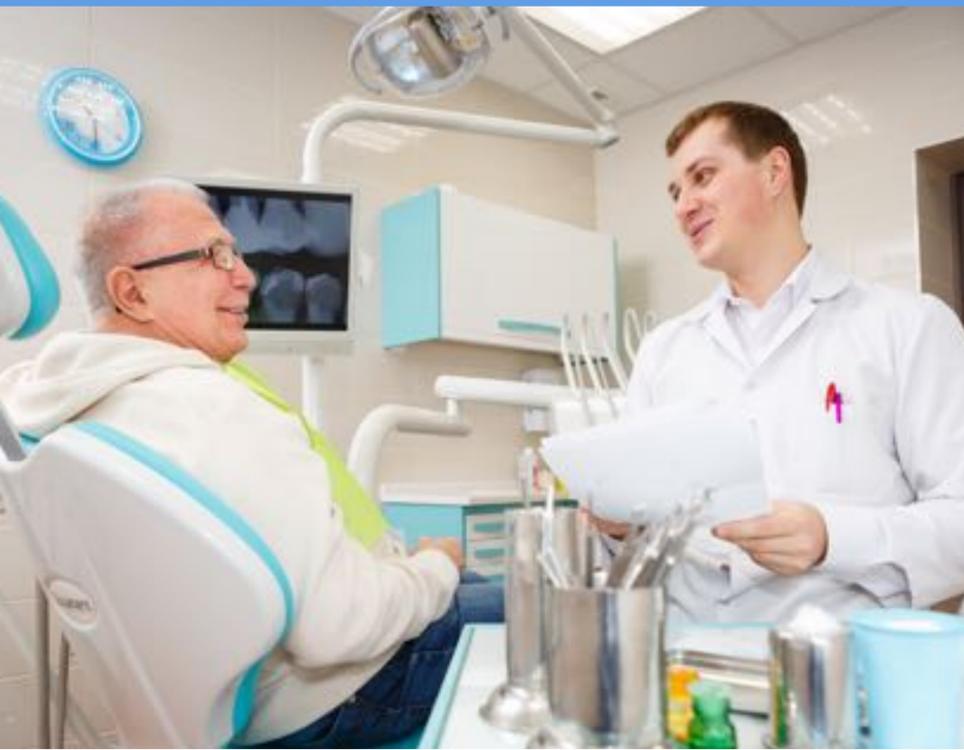
Mayo Clinic
www.mayoclinic.org



Cuidado bucal preventivo

para

Pacientes con diabetes



Klamath Basin Oral Health Coalition



La atención preventiva regular reducirá las bacterias dañinas, mantendrá bajos los niveles de azúcar en la sangre y detectará problemas bucales tempranos cuando sean más fáciles de tratar.

Cómo mantener tu BOCA SALUDABLE



La salud bucal y la salud en general están estrechamente relacionadas.

Mejor control del azúcar en la sangre



Menor probabilidad de desarrollar problemas de salud física o dental

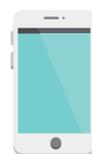
Come alimentos sanos.

Sigue el plan de alimentación recomendado por tu médico o nutriólogo.



Mantente en contacto.

Llama a tu dentista de inmediato si tienes algún síntoma de problema bucal.



Cepíllate al menos dos veces al día con un *cepillo de dientes* de cerdas suaves y *pasta de dientes con flúor*.



Usa *hilo dental* o un limpiador interdental al menos una vez al día.



Pregúntale a tu dentista sobre el uso de un *enjuague bucal* anti-placa o anti-gingivitis.



Si usas *dentadura postiza*, manténla limpia y no la uses al dormir.

Recuerda visitar a tu dentista dos veces al año.

Diabetes y tu boca



Demasiada *glucosa* (azúcar) en la sangre debido a la diabetes puede *causar dolor, irritación, infección y curación lenta*.

La glucosa está presente en la *saliva*, el líquido en la boca que la humedece.



Cuando la diabetes no está controlada, los niveles altos de glucosa en la saliva ayudan al crecimiento de *bacterias dañinas*.

Estas bacterias se combinan con los alimentos para formar una película suave y pegajosa llamada *placa*.



La placa puede causar caries, enfermedad de las encías y mal aliento.



Puede ayudar a *prevenir* esto mediante un buen control de la glucosa y un cuidado bucal consistente.

Controlar tu nivel de azúcar en la sangre es clave.



No fumes



Fumar aumenta el riesgo de complicaciones graves de la diabetes, como enfermedad de las encías y pérdida de dientes. Si fumas, habla con tu médico sobre las opciones que te ayudarán a dejar de fumar.