

# نکات مهم در مراقبت از دهان و دندان دیا بته‌ها

۱. در فواصل زمانی منظم حتماً به دندانپزشک مراجعه کنید.
۲. حتماً در مراجعه اول به دندانپزشک شرایط بیماری خود را کامل توضیح دهید.
۳. بعد از هر وعده غذایی مسواک بزنید.
۴. حرکت مسواک باید ملایم باشد.
۵. حداقل روزی یکبار از نخ دندان استفاده کنید.
۶. مراقب باشید هنگام استفاده از نخ دندان به لثه‌ها آسیب نزنید.
۷. روزانه لثه‌هایتان را معاینه کنید و در صورتی که زخم، التهاب، قرمزی، خونریزی، زخم عفونی یا زخم ناشی از دندان مصنوعی مشاهده کردید به دندانپزشک مراجعه کنید.
۸. در صورت داشتن قند خون کنترل نشده، بهتر است کارهای غیر اورژانسی دندانپزشکی را تا کنترل شدن قند خون به تعویق بیندازید.
۹. برنامه درمانی خود را در نظر داشته باشید و برای انتخاب بهترین روش و زمان و پیشگیری از شرایط افت قندخون (هیپوگلیسمی) با دندانپزشک خود صحبت کنید.
۱۰. برای پیشگیری از بیماری‌های دهان و دندان ضمن کنترل قند خون از استعمال دخانیات پرهیز کنید.