

ZAHNÄRZTE IM VIERTEL

Dr. Martina Haasner & Dr. Laura Ravens
Ostertorsteinweg 4-5 - 28203 Bremen
Telefon: 0421/76300 - Telefax: 0421/76340
info@zahnaerzte-im-viertel.com

Informations- und Merkblatt zur Mundgesundheit mit Diabetes

Lieber Patient, liebe Patientin,

als Diabetiker sollten Sie in besonderem Maße auf Ihre Mundgesundheit achten, da die Anfälligkeit für bakterielle Infektionen des Zahnbettes (Parodontitis) erhöht ist. Mit einer Parodontitis wiederum steigt das Risiko für diabetische Folgeerkrankungen und einen erhöhten Blutzucker. Um das Parodontitisrisiko einzudämmen, gibt es zahlreiche vorbeugende Maßnahmen.

Unsere Empfehlungen für die Mundgesundheit bei Diabetikern:

1. Richtige Mundpflege

- > Putzen Sie Ihre Zähne gründlich, idealerweise nach der Solo Technik, die Sie bei uns in der Prophylaxe erlernen können.
- > Achten Sie auf Zahnfleischbluten, wenn es über mehrere Tage auftritt.

2. Regelmäßige zahnärztliche Kontrolle

- > Nehmen Sie zwei Mal pro Jahr eine Kontrolluntersuchung beim Zahnarzt wahr.
- > Lassen Sie mindestens zwei Mal jährlich eine professionelle Zahnreinigung (PZR) durchführen.

3. Gesunde Lebensweise

- > Ernähren Sie sich gesund und ausgewogen.
- > Trinken Sie pro Tag mindestens 1,5 bis 2 Liter Flüssigkeit.
- > Verzichten Sie auf das Rauchen.

Weitere Fragen zur Mundgesundheit mit Diabetes beantworten wir Ihnen gerne.

Freundliche Grüße

Ihr Praxisteam der Zahnärzte im Viertel