

السكري وصحة الفم والأسنان

مقدمة:

يؤثر داء السكري في جميع أجزاء الجسم بما في ذلك الفم والأسنان، حيث أظهرت الدراسات ازدياد معدل الإصابة بأمراض اللثة لدى مرضى السكري، مما جعل أمراض الفم والأسنان تدخل ضمن المضاعفات التي يمكن أن تصيبهم (مثل اعتلال النظر والكلى والأعصاب وغيرها). كما قد يؤدي التهاب اللثة الشديد إلى ارتفاع مستوى السكر في الدم مثل الالتهابات الأخرى، وهذا بدوره يزيد صعوبة السيطرة على داء السكري. وبطريقة عكسية فإن معالجة أمراض اللثة تؤدي إلى تحسن في ضبط مستوى السكر في الدم.

تأثير داء السكري في الفم والأسنان:

المصابون بداء السكري معرضون لخطر الإصابة بأمراض اللثة لأنهم أكثر عرضة للإصابة بالعدوى البكتيرية بشكل عام، وكذلك مناعتهم أقل من الأشخاص الأصحاء مما يضعف قدرتهم على محاربة البكتيريا التي تصيب الفم. إن ارتفاع نسبة السكر في الدم يزيد احتمالية الإصابة بالمشاكل التالية:

- **تسوس الأسنان:** حيث إن زيادة نسبة السكر في اللعاب تزيد فرصة تسوس الأسنان.

- **التهاب اللثة:** والذي قد يتطور من التهاب بسيط إلى المتقدم عندما لا يتم علاجه، وقد يصل إلى مرحلة يتسبب فيها بفقدان الأسنان.

المشاكل الأخرى التي قد يسببها داء السكري للفم:

- **داء القلاع:** وهو عدوى فطرية تصيب أنسجة الفم.
- **جفاف الفم** الذي قد يسبب بعض الآلام أو قرح الفم، كما يسهم في تسوس الأسنان وصعوبة الكلام والمضغ وتفاقم الالتهابات الفطرية.
- **ضعف حاسة التذوق .**
- **تأخر الشفاء والالتئام بعد خلع الأسنان.**

إرشادات عامة للمحافظة على صحة الفم والأسنان لدى مريض السكري:

- التحكم بمستوى السكر بالدم (وهذا هو العامل الأهم).

- تنظيف الأسنان مرتين في اليوم على الأقل بفرشاة ومعجون الأسنان، واستخدام خيط الأسنان مرة واحدة يوميًا على الأقل.
- الامتناع تمامًا عن التدخين بكافة أنواعه وأشكاله.
- الوقاية من جفاف الفم الناتج عن الإصابة بالسكري، وذلك بضبط مستوى السكر وشرب الماء بالقدر الكافي بجرعات معتدلة أثناء اليوم واستخدام العلك الخالي من السكر أو بعض الأدوية المساعدة على ترطيب الفم.
- الحرص على زيارة طبيب الأسنان كل ستة أشهر على الأقل للفحص والمتابعة.
- يجب إخبار طبيب الأسنان بأن الشخص مصاب بداء السكري.
- الحرص على تنظيف طقم الأسنان الاصطناعي بشكل يومي.
- الحرص على معرفة أعراض حدوث مشاكل بالأسنان (مثل التهاب اللثة) وعلاجها مبكرًا.

إرشادات عند زيارة طبيب الأسنان:

- يفضل جعل المواعيد في الفترة الصباحية، حيث يكون هرمون الكورتيزول مرتفعًا مما يقلل من احتمالية الإصابة بنوبة انخفاض السكر بالدم (هرمون الكورتيزول والذي يفرز من الغدة فوق الكلوية يعمل على رفع معدل السكر بالدم).
- تجنب الإجهاد والإرهاق قبل موعد عيادة الأسنان.
- ينصح المرضى الذين يستخدمون الأنسولين بتجنب أخذ موعد عيادة الأسنان في فترة قمة عمل الأنسولين؛ لتجنب نوبة انخفاض السكر.
- قد يلجأ طبيب الأسنان إلى تأجيل موعد عمل الإجراءات الجراحية إذا لم يكن سكر الدم منضبطًا، إلا إذا كانت الحالة طارئة.
- يجب التأكد من تناول المريض لوجبته وأخذه لأدويته كالمعتاد.
- إذا كانت الإجراءات التي سيتم عملها بعيادة الأسنان تتطلب من المريض عدم الأكل بعدها لفترة معينة، فيجب التنسيق مسبقًا مع طبيب السكري لضبط جرعة الأدوية ووقت تناول الطعام.



وزارة الصحة
Ministry of Health

- في حال الشعور بأعراض انخفاض السكر (ارتباك/ رعشة/ تعرق/ زيادة نبضات القلب ...) أثناء العلاج فيجب إبلاغ طبيب الأسنان مباشرة.
- يستطيع طبيب الأسنان القيام بمعظم الإجراءات العلاجية في عيادة الأسنان لأغلب المرضى ذوي السكر المنضبط كغيرهم من الأصحاء، بما فيها زراعة الأسنان.

الإدارة العامة للتثقيف الإكلينيكي

لمزيد من الاستفسارات يرجى التواصل معنا عبر [البريد الإلكتروني](#)