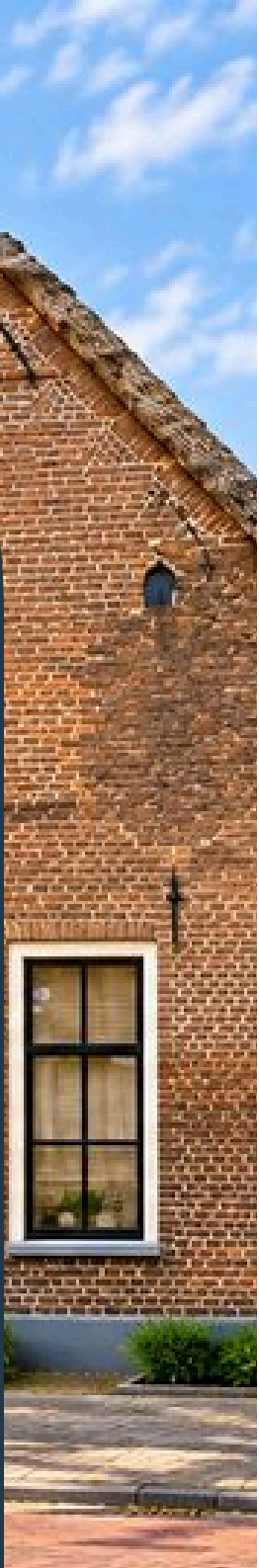
TANDARTSPRAKTIJK
DIEVER

Patiëntinformatie · Uw gezondheid en uw mond

Diabetes en uw mond

Tandvlees en bloedsuiker in balans

Heeft u diabetes? Dan verdienen uw tanden en tandvlees extra aandacht. Diabetes en ontstoken tandvlees kunnen elkaar namelijk versterken. Hier leest u hoe dat komt en wat u zelf kunt doen.



Kruisstraat 2 · 7981 AR Diever
0521 - 59 28 90 · tandartspraktijkdiever.nl

Wat doet diabetes met uw mond?

Bij diabetes zit er vaak te veel suiker in het bloed. Uw lichaam bestrijdt ontstekingen dan minder goed. Wondjes genezen ook langzamer. Dat geldt ook in uw mond.

Een hoge bloedsuiker kan daarnaast zorgen voor een droge mond. Speeksel beschermt uw tanden. Met minder speeksel krijgen gaatjes (cariës) en ontstekingen meer kans. Bij diabetes is de kans groter op:

- ontstoken tandvlees (gingivitis)
- een diepere ontsteking die het kaakbot aantast (parodontitis), waardoor tanden los kunnen gaan staan
- gaatjes
- een droge mond
- schimmelinfecties, bijvoorbeeld onder een kunstgebit

Hoe hangen tandvlees en bloedsuiker samen?

Het werkt twee kanten op. Bij een hoge bloedsuiker raakt het tandvlees sneller ontstoken. Andersom maakt een ontsteking in de mond het moeilijker om uw bloedsuiker stabiel te houden. Zo houden de twee elkaar in stand.

Dat betekent ook dat u iets kunt doen. Gezond tandvlees kan helpen om uw bloedsuiker stabieler te houden. Een goed ingestelde diabetes helpt op zijn beurt uw tandvlees. Vraag uw huisarts of diabetesverpleegkundige hoe u uw bloedsuiker kunt verbeteren.

Tandvlees dat rood ziet, opgezwollen is of bloedt bij het poetsen, is meestal ontstoken. Een ontsteking doet vaak geen pijn. Daarom merkt u het zelf niet altijd.

Waar let u op bij een behandeling?

Met diabetes kunt u gewoon bij ons behandeld worden. Vertel ons wel dat u diabetes heeft en welke medicijnen u gebruikt. Geef het ook door als daar iets in verandert.

1. **Plan op een handig moment.** Kies een tijd waarop u vooraf gewoon kunt eten en uw medicijnen kunt nemen.

2. **Neem iets zoets mee.** Neem druivensuiker of een suikerhoudend drankje mee. Dan heeft u het bij de hand als u een hypo (te lage bloedsuiker) krijgt.

3. **Zeg het meteen.** Voelt u zich tijdens de behandeling trillerig, zweterig of duizelig? Meld het direct. Dan stoppen we even.

4. **Let op na afloop.** Kunt u na de behandeling een tijdje niet goed eten of kauwen? Overleg dan met uw huisarts of diabetesverpleegkundige over uw medicijnen. Meet uw bloedsuiker in die periode wat vaker.

Waarom is stoppen met roken extra belangrijk?

Roken vermindert de doorbloeding van het tandvlees. Een ontsteking valt daardoor minder op: het tandvlees bloedt minder, terwijl het wel ontstoken is. Bij diabetes komt dat bovenop een al grotere kans op tandvleesproblemen.

Wilt u stoppen? Met hulp lukt het vaker. Kijk op Ikstopnu.nl van het Trimbos-instituut of vraag uw huisarts om begeleiding.

Wat kunt u zelf doen?

- Poets twee keer per dag twee minuten met fluoridetandpasta.
- Gebruik een zachte tandenborstel, met de hand of elektrisch.
- Maak elke dag de ruimtes tussen uw tanden schoon met ragers, tandenstokers of flosdraad.
- Eet en drink op vaste momenten en niet de hele dag door.
- Draagt u een kunstgebit? Maak het elke dag schoon en laat het ’s nachts uit.
- Werk samen met uw huisarts of diabetesverpleegkundige aan een stabiele bloedsuiker.

Wanneer belt u ons?

- Uw tandvlees bloedt bij het poetsen of is rood en gezwollen.
- Een tand of kies voelt los of verschuift.
- U heeft een wondje of plekje in de mond dat na twee weken niet genezen is.
- U heeft last van een droge mond, een vieze smaak of een slechte adem.
- Uw kunstgebit past niet meer goed of geeft drukplekken.

Spoed buiten openingstijden? Bel 0900 - 8602.

Veelgestelde vragen

Hoe vaak moet ik op controle komen?

Dat verschilt per persoon. Bij diabetes is een wat vaker controle vaak verstandig. We spreken samen af wat bij u past.

Heeft het type diabetes invloed op mijn mond?

Voor uw mond maakt het type weinig uit. Het gaat vooral om hoe stabiel uw bloedsuiker is. Hoe beter die is ingesteld, hoe kleiner de kans op problemen.

Waar vind ik meer informatie over diabetes zelf?

Bij uw huisarts, praktijkondersteuner of diabetesverpleegkundige. Zij helpen u ook met uw bloedsuikerwaarden.

Tandartspraktijk Diever

Uw tandarts in het centrum van Diever

Bij elke controle kijken wij extra naar uw tandvlees. Wilt u een afspraak op een tijdstip dat goed past bij uw maaltijden? Geef het aan als u belt: 0521 - 59 28 90.

Zo verloopt uw afspraak

1. **U vertelt wat er speelt.** Een klacht, een vraag of gewoon de controle. Daar beginnen we.
2. **We onderzoeken en leggen uit.** U hoort direct wat we zien en of er iets moet gebeuren.
3. **U krijgt opties en kosten.** Bij een grotere behandeling krijgt u de stappen, alternatieven en kosten vooraf op papier.
4. **U beslist zelf.** Daarna plannen we de behandeling en de nazorg.

Alles onder één dak

Algemene tandheelkunde, implantologie en een eigen tandtechnisch lab zitten in hetzelfde pand. Tandarts en technicus stemmen vorm, kleur en pasvorm samen af.

Mijn vragen voor de tandarts

Schrijf op wat u wilt vragen. Neem deze folder mee naar uw afspraak.

TANDARTSPRAKTIJK
DIEVER

In het kort

- Bij diabetes raakt het tandvlees sneller ontstoken.
- Ontstoken tandvlees maakt het lastiger om uw bloedsuiker goed te houden.
- Dagelijks goed poetsen en tussen de tanden reinigen voorkomt veel problemen.
- Vertel ons altijd dat u diabetes heeft en welke medicijnen u gebruikt.

Vragen? We denken graag mee.

Tandartspraktijk Diever

Telefoon	**0521 - 59 28 90**
Geopend	Maandag t/m donderdag 08:00 – 16:30 uur, vrijdag op afspraak
Adres	Kruisstraat 2, 7981 AR Diever
Spoed	Buiten openingstijden: 0900 - 8602

Lees meer online
Scan de code of ga naar tandartspraktijkdiever.nl/diabetes.html. Daar vindt u ook veelgestelde vragen.