

健康口腔 幸福生活

提高对牙龈健康重要性的认识



World Oral
Health Day
20 March



fdi
FDI World Dental Federation

健康口腔

幸福生活

一种始于牙龈的疾病会对我们的身体、心理和生活质量产生深远的影响。牙龈疾病或牙周病影响牙齿周围的支持组织，仍然是一个重大的全球公共卫生问题。保持牙龈健康对全身健康至关重要。幸运的是，牙龈疾病是可以预防的，通过迅速行动和及时的公共卫生措施可以避免不可逆转的损伤。

理解问题



- **牙龈疾病始于牙龈炎**（牙龈的炎症），大多数情况下，在这个轻微的阶段是可逆的。
- **如果不及时治疗，它会发展成更严重的牙周病**，破坏支撑牙齿的组织和骨骼，造成的损害是不可逆和永久的。
- **牙龈疾病会导致咀嚼、说话出现问题**，还会导致牙齿脱落。它还与心脏病、中风和糖尿病等其他健康问题有关。

人们能做什么？



- **养成良好的口腔卫生习惯**：使用含氟牙膏，每天刷牙两次。
- **清洁牙缝**：使用牙线或牙间隙刷清除食物残渣和菌斑，每天至少一次。
- **戒烟**：可以减少得牙龈疾病的风险。
- **了解你的患病风险**：定期看口腔医生，预防口腔疾病，确保及时发现和治疗任何口腔问题。

政府能做什么？



- **实施一项与国家全民健康覆盖和非传染性疾病预防政策相结合的国家口腔卫生政策。**
- **将口腔卫生规划纳入更广泛的公共卫生工作。**
- **确保获得安全、负担得起和合格的含氟牙膏**，并在适当情况下实施以社区为基础的局部用氟和全身用氟。
- **实施与烟草使用有关的监管政策。**

获取更多信息和支持：
fdiworldddental.org/gphp

