

# Уход за зубами и кариес

УХОД ЗА ЗУБАМИ ДЛЯ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ



Пожилые люди более подвержены развитию кариеса из-за сухости во рту и сморщивания десен. Сухость во рту может возникать из-за диабета и лекарств, которые часто принимают пожилые люди.

## Из-за чего возникает кариес?

Кариес может возникнуть из-за употребления пищи, насыщенной сахаром или крахмалом. Эти продукты в сочетании с бактериями, находящимися в полости рта, могут вызвать разрушение зубов.

## В чем опасность кариеса?

Кариес может причинять боль. Без лечения кариес может привести к возникновению инфекций, серьезному повреждению и выпадению зубов.

## Как предотвратить кариес?

- Регулярно посещайте своего стоматолога.
- Ограничьте употребление пищи, насыщенной крахмалом и сахаром.
- Ограничьте употребление сахаросодержащих напитков.
- После каждого приема пищи чистите зубы мягкой щеткой и фторсодержащей зубной пастой.

Это темное пятно; кариес. Этот тип заболевания характерен при возрастном сморщивании десен



Если вы чувствуете боль или нуждаетесь в медицинской помощи, немедленно обратитесь к стоматологу или поставщику медицинских услуг.



Christina Gianfrancesco, бакалавр (кандидат в доктора стоматологии), и Kavita P. Ahluwalia, доктор стоматологии, магистр в области общественного здравоохранения (доцент клинической стоматологии), факультет стоматологии Колумбийского университета.