

Il diabete e la salute orale



Consigli per la
salute di denti
e gengive





Che cosa è necessario sapere?

La gestione del diabete non si limita al solo controllo dei valori di glicemia, ma comporta anche prendersi cura della salute orale, della salute della bocca. Le persone con diabete sono ad alto rischio di disturbi gengivali o di altri problemi di salute orale, tra cui secchezza delle fauci e infezioni del cavo orale. I disturbi gengivali possono inoltre complicare la gestione del diabete e rendere problematico il controllo della glicemia.

Per chi ha il diabete controllare la glicemia, praticare una buona igiene orale e recarsi regolarmente dal dentista è fondamentale per mantenere la salute orale.





Quali sono i segnali di una salute orale insufficiente?

- Gengive gonfie, sanguinanti o ritirate (disturbi gengivali)
- Alito cattivo persistente
- Le ferite nella bocca impiegano molto più tempo a guarire
- Secchezza delle fauci
- Presenza di macchie bianche sulla bocca (mughetto)
- Dolore ai denti o alle gengive
- Denti sciolti

Circa il 22% di tutte le persone con diabete di tipo 1 e 2 è affetto da disturbi gengivali.¹

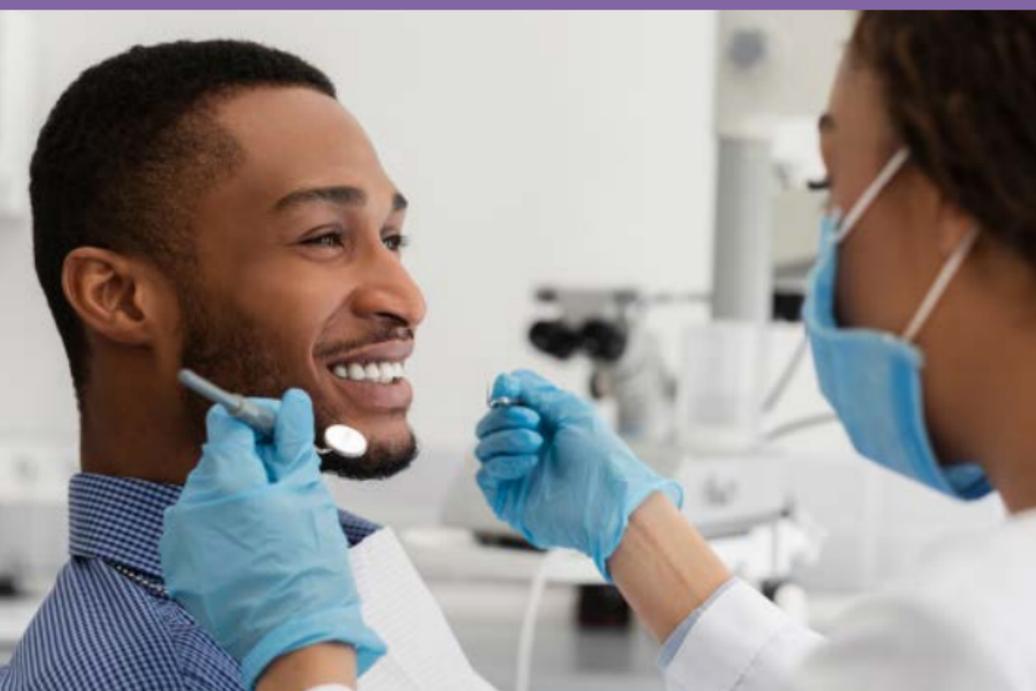
1. American Dental Association. Diabetes and dental health. MouthHealthy. Consultato il 15 gennaio 2025. <https://www.mouthhealthy.org/all-topics-a-z/diabetes>



Quando ci si deve recare dal dentista?

- Le gengive sono rosse, sanguinanti, gonfie o doloranti?
- Si ha dolore ai denti?
- Sono presenti secchezza o irritazione della bocca?
- Si prova fastidio ad assaggiare il cibo?
- Si ha spesso alito cattivo?
- Sono trascorsi più di 12 mesi dall'ultimo controllo ai denti?
- Ci sono denti sciolti?
- Prova difficoltà a masticare?

Se ha risposto sì a qualcuna di queste domande, è il momento di sottoporsi a una visita odontoiatrica! Non dimenticare di dire al dentista che si soffre di diabete e il livello attuale di HbA1c/emoglobina A1c.





Che cosa si può fare per curare la salute orale?

Adottare ogni giorno questi comportamenti:

- Lavare i denti con lo spazzolino due volte al giorno e passare il filo interdentale quotidianamente.
- Seguire una dieta bilanciata.
- Limitare l'assunzione di zuccheri aggiunti.
- Rimanere idratati.
- Evitare tabacco e alcolici.
- Tenere sotto controllo la glicemia.
- Sottoporsi a visite odontoiatriche con regolarità.
- Tra un controllo e l'altro fare attenzione ad eventuali segnali nella bocca.



Per ulteriori informazioni sul diabete chiamare il **311** o visitare **nyc.gov/health/diabetes**.

Per ulteriori informazioni sulla salute orale visitare **nyc.gov/health/teeth**.

Per trovare un dentista che pratica prezzi economici nelle vicinanze chiamare il **311** o visitare **nyc.gov/health/map**.

Per informazioni su come sottoscrivere o rinnovare l'assicurazione sanitaria chiamare il **311** o 347-665-0214 o visitare **nyc.gov/health/healthcoverage**.