

DIABETE E ODONTOIATRIA

Molteplici sono gli studi che, ad oggi, confermano l'esistenza di una stretta correlazione tra il Diabete Mellito e problemi di tipo dentale, ma soprattutto parodontale. Risulta pertanto necessario essere a conoscenza di alcune nozioni che potrebbero aiutare il vostro stato glicemico e orale.

Esistono diversi tipi di Diabete, ma tutti presentano un comune denominatore: ***l'iperglicemia cronica*** (aumento dei valori di glucosio nel sangue). Questa condizione ha molteplici conseguenze a livello sistemico e orale, vediamo alcuni:

- *Maggior incidenza di carie dentale e radicolare*
- *Iperattivazione del sistema immunitario*: ciò stimola il riassorbimento osseo inibendo la formazione dello stesso.
- *Stress ossidativo*: formazione di specie chimiche ossidanti (AGES) responsabili di un gran numero di complicanze diabetiche tra cui: l'ispessimento dell'endotelio vasale, diminuzione degli scambi gassosi, riduzione della funzione di leucociti polimorfonucleati, difficoltà di guarigione da una ferita.
- *Retinopatia, neuropatia, nefropatia*

È ormai assodato che uno stato di infezione (qualsiasi sia il livello, anche non orale) incida negativamente sul controllo glicemico del paziente diabetico, pertanto è necessario mantenere un controllo costante della situazione dentale e parodontale. Inoltre numerosi studi hanno dimostrato che il controllo dell'infezione parodontale abbia un impatto sul miglioramento del controllo glicemico.

Per questo motivo il paziente diabetico necessita di controlli e richiami di igiene orale più frequenti, indicativamente ogni 3-4 mesi.

consigli utili

Se ti è stata diagnosticata una situazione di diabete mellito ricorda di dover essere seguito da un *diabetologo* e un *dietista*.

Mantieni costanti i controlli della glicemia

Ricorda di recarti ai controlli per l'identificazione dei valori dell'emoglobina Glicata (HbA1c)

Cerca di fare attività fisica compatibilmente con il tuo stato glicemico

Recati ai controlli periodici dal dentista e non trascurare la tua bocca

in studio

Concorda un appuntamento possibilmente nelle prime ore dopo i pasti

Ricordati di portare sempre con te dello zucchero o caramelle da consumare in caso di ipoglicemia

Riferisci all'Odontoiatra e/o Igienista gli ultimi valori della glicemia, ma soprattutto quelli dell'ultima HbA1c

Cerca di mantenere uno stato di igiene orale domiciliare buono, utilizza: spazzolino (possibilmente elettrico o sonico) almeno 3 volte al giorno, filo e/o scovolini, spazzola la lingua.