



ORAL HEALTH KANSAS

ADVOCACY • PUBLIC AWARENESS • EDUCATION

Trucos y Artimañas: **Embarazo, enfermedad de las encías, y diabetes**



La enfermedad de las encías (periodontitis) es una infección de las encías y huesos que soportan los dientes. Esto puede afectar 4 de cada 10 mujeres embarazadas y puede tener un impacto negativo en su embarazo. Si usted tiene diabetes, tiene mayor riesgo de enfermedad de las encías. Aquí hay algunas medidas que puede tomar para tener una boca sana y un embarazo sano.

- **Vea su profesional médico y dental:**

- Asegurarse que sus niveles de glucosa están bajo control
- Tenga un dentista o higienista dental revisa para periodontal
- Continúa con el tratamiento recomendado y el cuidado en casa (tratamiento durante el embarazo es seguro)



- **Debe estar alerta para signos de enfermedad a las encías:**

- Herida, hinchado, o encías rojas
- Encías que sangran cuando se cepille
- Mal aliento
- Dientes sueltos

- **Establecer una rutina diaria para cuidado dental:**

- Cepille sus dientes dos veces por día, especialmente antes que se acuesta
- Usa un cepillo suave y una cantidad pequeña de pasta de dientes con fluoruro, el tamaño de una arveja
- Cepille la superficie de cada diente suavemente, especialmente la línea de las encías
- Escupe pero no enjuague con agua
- Limpia sus dientes con hilo dental
- Usa enjuagues para enfermedad a las encías, si lo recomienda su dentista o higienista dental



Enfermedad a las encías puede causar problemas en su boca muy serios que puede impactar su salud general. Tome medidas para mantener su boca sana.

info@oralhealthkansas.org

785-235-6039

www.oralhealthkansas.org