Source: *Berita Harian*, p10
Date: 31 August 2020

PERUBATAN

Kuningnya gigi anak saya!

BERSAMA

DR RASHID TAHIR

RAMAI ibu bapa yang memerhatikan gigi anak mereka kelihatan kotor atau berwarna kuning. Ini adalah baik kerana ibu bapa itu sedar dan prihatin akan keadaan gigi anak-anak mereka.

Ada beberapa sebab mengapa gigi kanak-kanak boleh kelihatan kuning, coklat, hitam atau kotor.

Sebab pertama ialah kuman plak yang melekat di permukaan gigi yang menjadi kuning akibat warna makanan atau minuman yang datang daripada diet anak itu.

Ini bermakna gigi anak anda kelihatan kotor dan kuning kerana ia benar-benar kotor. Cara untuk menghilangkan warna kuning ini agak mudah, hanya dengan menggosok gigi anak tersebut dengan lebih baik lagi.

Kedua, warna gigi juga boleh menjadi coklat apabila zat besi (iron) yang terdapat di dalam makanan tambahan seperti multivitamin yang diberikan anak-anak untuk mencegah masalah kesihatan kekurangan zat besi atau anemia.

Masalah gigi berwarna coklat akibat zat besi ini agak susah untuk dihilangkan di rumah.

Hanya dengan menggosok gigi seringkali tidak dapat menghilangkan warna itu. Caranya ialah anak itu pergi ke doktor gigi untuk membersihkan gigi mereka.

Mujur keadaan gigi sedemikian tidak membahayakan anak itu jika dibiarkan, hanya gigi mereka akan kelihatan tidak cantik sahaja.

Ketiga, warna gigi boleh kelihatan hitam akibat sejenis kuman kromogenik yang mengeluarkan warna hitam lalu melekat di permukaan gigi.

Masalahnya gigi yang berwarna hitam akan kelihatan kotor, tidak sihat dan tidak cantik. Malangnya, warna hitam sedemikian tidak mudah di hilangkan walaupun oleh seorang doktor gigi.

Apa lagi jika usia anak itu terlalu kecil dan masih takut atau tidak mampu untuk bekerjasama dengan doktor gigi untuk merawatnya.

Walaupun keadaan ini tidak membahayakan anak itu, warna hitam di gigi yang disebabkan kuman kromogenik ini sering kembali tidak lama selepas gi gi dibersihkan.

Selalunya keadaan menjadi baik hanya apabila anak itu membesar dan dapat menggosok giginya dengan lebih baik lantas dapat mengurangkan kuman kromogenik di dalam mulut mereka.

Akhir sekali ramai ibu bapa yang prihatin apabila gigi dewasa anak mereka tumbuh dan kelihatan kuning. Ini bukanlah masalah kerana gigi dewasa dengan semulajadi mempunyai warna yang lebih gelap jika dibandingkan dengan gi gi susu.

Jadi apabila gigi dewasa yang baru sahaja tumbuh bersebelahan gigi susu, ianya akan kelihatan lebih gelap dan lebih kuning. Jadi ibu bapa tidak perlulah bimbang apabila ini berlaku.

Kadangkala kanak-kanak mengalami penyakit kerosakan gigi yang menyebabkan gigi berlubang dan berwarna coklat atau hitam.

Saya sarankan ibu bapa membersihkan gigi anak-anak mereka dengan baik dua kali setiap hari. Kunjungilah doktor gigi jika gigi anak anda kelihatan kotor, berwarna kuning, coklat atau hitam.

▶ *Penulis Pakar pergigian pediatrik, The Kids Dentist dan Adjung Profesor Madya, Fakulti Pergigian Universiti Nasional Singapura (NUS).*

Jaga-jaga... elak hilang gigi

Warga emas sering dikaitkan dengan masalah kehilangan gigi yang memberi kesan kepada penampilan, keupayaan bertutur dengan jelas, proses penghadaman seterusnya menjejaskan proses penyerapan nutrisi. Kesihatan gigi yang baik adalah bahagian penting dalam aspek kesihatan umum. Bahagian oral yang sihat dan selesa penting bagi orang tua sama seperti peringkat umur lain. Manfaat oral yang sihat kepada warga emas adalah bebas daripada kesakitan dan ketidakselesaan, mampu untuk makan, bercakap dan bersosial tanpa rasa tidak selesa serta malu selain menyumbang ke arah kesejahteraan hidup. Kehilangan gigi atau edentulism turut berlaku dalam kalangan orang muda berpunca daripada pelbagai sebab termasuk penyakit gusi, gigi mereput dan trauma akibat kemalangan kenderaan, jatuh dan kecederaan bersukan.

BAGI generasi sekarang, lebih ramai warga emas berumur 65 tahun ke atas masih mempunyai semua atau sebahagian besar gigi asal.

Bagaimanapun, kira-kira 1/3 daripada warga emas kehilangan sebahagian atau semua gigi asal mereka (edentulism).

Walaupun gigi masih kekal tanpa penyakit gigi berlubang (caries) atau penyakit gusi, keadaan gigi yang kurang sihat adalah biasa dan ia boleh menjejaskan kemampuan mengunyah dan kebolehan mencapai keperluan tenaga (kalori).

Tanda dan gejala

Semasa proses penuaan, gusi akan mengecut sedikit. Akibatnya, bahagian bawah gigi akan terdedah kepada sisa makanan dan kuman.

Bahagian lapisan luar gigi (enamel) juga akan terkikis.

Penyakit

Perubahan ini akan menyebabkan gigi lebih mudah rosak dan berlubang dan seterusnya menyebabkan kehilangan gigi.

Warga emas juga kerap menghadapi masalah penyakit periodontal di mana gusi mungkin menjadi merah dan terjangkit (dikenali sebagai gingivitis).

Bahagian ligamen dan tulang yang menyokong gigi mungkin juga menjadi merah dan terjangkit (dikenali sebagai periodontitis).

Kehilangan gigi sebahagian dan keseluruhannya adalah berkaitan dengan umur dan disebabkan oleh masalah gigi rosak dan penyakit periodontal.

Komplikasi

Kehilangan gigi boleh menjejaskan proses mengunyah, menelan dan bercakap.

Ini boleh mengakibatkan kekurangan zat makanan, sisa makanan termasuk ke dalam saluran pernafasan, pengasingan sosial dan kemurungan.

Gigi palsu boleh juga mengakibatkan masalah kesihatan mulut termasuklah ulser, gusi bengkak, jangkitan kuman dan kesakitan.

Rawatan

Kebanyakan masalah ini boleh dicegah atau dirawat dengan berkesan.

Kehilangan sebahagian gigi boleh dirawat dengan peralatan kekal (seperti *bridges*, *implants*) atau peralatan yang boleh dibuka (seperti gigi palsu separa).

Kehilangan gigi keseluruhan boleh dirawat dengan gigi palsu penuh.

Penjagaan gigi

Penjaaan gigi yang baik sangatlah mustahak bagi golongan warga tua untuk membolehkan mereka:

KESAN USIA LANJUT: Semasa proses penuaan, gusi akan mengecut sedikit. Akibatnya, bahagian bawah gigi akan terdedah kepada sisa makanan dan kuman.Bahagian lapisan luar gigi (enamel) juga akan terkikis. Perubahan ini akan menyebabkan gigi lebih mudah rosak dan berlubang dan seterusnya menyebabkan kehilangan gigi.– ISTOCKPHOTO

- makan serta kunyah dengan baik;
- bertutur dan berkomunikasi dengan baik;
- berwajah segak dan memberi keyakinan diri;
- menikmati kehidupan yang berkualiti;
- berbanding orang-orang muda warga tua lebih berisiko tinggi kepada kehilangan gigi, karis gigi dan sakit gusi.

Ini disebabkan oleh penjagaan gigi yang kurang sempurna semasa usia mudanya serta pengurangan pengaliran air liur akibat sesetengah penyakit yang dialami atau pengambilan ubat-ubatan.

Lain-lain masalah:

Karis gigi (berlaku pada akar gigi di kalangan warga tua) mengakibatkan:

- gigi menjadi sensitif;
- gigi mengalami kesakitan;
- gigi tidak bergunsi
- penyakit gusi pula menyebabkan:

+ gusi berdarah dan bengkak
+ gusi menjadi longgar
+ gusi mula condong

Kerosakan gigi , penyakit gusi yang libatkan urat saraf membuatkan wajah kelihatan kurang berseri.

Kehilangan gigi akan menyebabkan kehilangan sokongan pada otot muka dan kedutan di kulit wajah; kelihatan lebih tua serta tulang rahang tidak rata.

Apa yang harus dilakukan

Warga tua harus melibatkan diri secara aktif dalam penjagaan gigi mereka dan berganding tangan dengan doktor gigi mereka untuk memelihara kebersihan gigi dengan sempurna.

Buangkan anggapan yang gigi akan luruh mengikut usia. Jangan terima memakai gigi palsu sebagai perkara biasa.

Ada teknik baru dalam perawatan pergigian dan mereka haruslah proaktif untuk mencarinya.

Tabiat memberus gigi dengan cara yang betul selama 5-10 minit 2 kali sehari haruslah dikekalkan.

Lakukan pemeriksaan berkala dan kenalpasti masalah dengan awal.

Pemulihan gigi

Dengan perkembangan teknologi dalam pergigian seperti pergigian restoratif membantu mengatasi masalah kehilangan gigi.

Pergigian restoratif berkaitan dengan pemulihan dan penggantian gigi yang rosak atau hilang.

Kaedah ini membantu mengembalikan semula senyuman, mencegah isu kesihatan oral pada masa akan datang dan memastikan seseorang itu berupaya mengekalkan keseluruhan kesihatan secara optimum.

Ganti gigi

Terdapat beberapa pilihan menggantikan gigi yang hilang dalam rawatan pergigian restoratif dan kaedah yang lazim digunakan adalah tampalan (filling), jambatan (bridge), dentur, implan, korona (crown) atau sarung gigi (cap) dan lapisan seramik (veneer).

Tampalan lebih sesuai merawat lubang kecil pada gigi, di mana bahagian mereput dibersihkan dan lubang pada gigi diisi supaya tidak meninggalkan ruang.

Lapisan seramik adalah penggantian kepada lapisan permukaan gigi, manakala korona adalah gigi prostetik yang dipasang pada gigi rosak untuk mengembalikan fungsinya.

Jambatan pula membolehkan gigi yang berdekatan dengan gigi yang hilang dikecilkan kemudian disarungkan bersama untuk menyokong dan menggantikan gigi yang hilang di tengah.

Implan gigi

Pilihan yang banyak dalam rawatan pergigian ini memudahkan pesakit mencari penyelesaian yang menepati keperluan dan kemampuan kewangan mereka.

Lebih penting adalah memastikan penyelesaian yang dipilih itu memenuhi objektif rawatan sama ada membantu pesakit dapat mengunyah makanan yang menyediakan nutrisi diperlukan, mendapatkan semula keyakinan dalam penampilan dan senyuman atau membaiki sebutan percakapan dengan jelas.

Menggunakan gigi palsu sebenarnya bukan langkah terbaik kerana ia boleh menyebabkan lebih banyak kerosakan.

Contohnya, memakai gigi palsu yang rosak boleh mengakibatkan ulser mulut dan seterusnya mempengaruhi pemilihan makanan.

Implan pergigian adalah pilihan popular dalam menggantikan gigi kerana kaedah ini lebih baik berbanding jambatan atau dentur konvensional dalam mendapatkan penampilan gigi yang semula jadi.

Implan adalah akar gigi tiruan daripada skru titanium dimasukkan ke dalam soket tulang pada gigi yang hilang menerusi pembedahan.

Selepas implan dipasang, korona kemudian disarung pada implan dan ia akan kelihatan seperti gigi.

Dentur yang lengkap juga boleh dipasang bersama implan sekurang-kurangnya dua gigi yang menjalani implan.

Hasilnya akan lebih baik dalam kestabilan gigi terutama ketika mengunyah dan bercakap.

Implan juga membantu mengekalkan struktur tulang rahang dan mencegah otot muka daripada menyusut berikutan tidak upaya untuk mengunyah.

Namun terdapat situasi memerlukan persediaan dan penjagaan tambahan sebelum seseorang menjalani kaedah ini.

Mereka yang menghadapi penyusutan tulang pada rahang atau penyakit gusi tidak boleh melakukan implan gigi.

Implan gigi juga memerlukan pesakit komited kepada penjagaan gigi yang rapi berikutan tabiat tidak menjaga kebersihan mulut boleh menyebabkan kesakitan, ulser, gingivitis, jangkitan dan keradangan.

GIGI KELIHATAN KUNING

Gambar atas: Gigi susu anak ini kelihatan berwarna kuning akibat kuman plak dan kotoran yang melekat di permukaan gigi.

Gambar atas: Zat besi (Iron) dalam makanan tambahan boleh membuat gigi kelihatan kotor dan berwarna coklat. Gigi yang rosak dan berlubang boleh juga disangkakan kotor dan berwarna kuning, coklat ataupun hitam.

Gambar atas: Perbezaan antara warna gigi dewasa yang selalunya lebih kuning (2 batang gigi atas dan 4 batang gigi bawah) berbanding dengan gigi susu kanak-kanak.

Gambar atas: Sejenis kuman kromogenik yang mengeluarkan warna hitam akan membuat gigi kelihatan kotor.

Sumber: DR RASHID TAHIR
GRAFIK BERITA HARIAN

TERLEPAS MEMBACA?
Boleh sahaja ke laman beritaharian.sg untuk membaca berita/wacana lain

https://bit.ly/2CW4pl7

https://bit.ly/31ya7TX

https://bit.ly/3gpSUjr

Source: Berita Harian © Singapore Press Holdings Ltd. Permission required for reproduction.