



TIPS MENJAGA KESEHATAN GIGI DAN MULUT

Biasakan kumur air putih setelah makan. Menyikat gigi 2 kali sehari setelah makan dan sebelum tidur dengan cara yang benar minimal 2-3 menit, pastikan seluruh permukaan gigi bersih.

Pilih pasta gigi yang mengandung fluoride dan sikat gigi dengan bulu lembut dengan ujung kecil.

Gunakan obat kumur dan benang gigi (dental floss).

Beri teladan dan perkenalkan pengetahuan tentang kesehatan gigi dan mulut sedini mungkin sejak anak-anak.

Kenali kebiasaan yang berdampak buruk untuk kesehatan gigi dan mulut dan hentikan mulai sekarang.

Atur pola makan, kurangi konsumsi makanan yang mengandung banyak gula, perbanyak konsumsi buah-buahan dan sayuran.

Periksa rutin ke dokter gigi setiap 6 bulan sekali, jangan menunggu adanya keluhan.

Lakukan perawatan gigi sedini mungkin jika ditemukan adanya kelainan



PELAYANAN KLINIK GIGI DAN MULUT RSUP Dr. KARIADI SEMARANG

1. Pembersihan karang gigi (*scaling*)
2. Penambalan gigi estetik
3. Pemutihan gigi (*bleaching*)
4. Perawatan syaraf gigi (*endodontic*)
5. Penambalan dan pencabutan gigi anak
6. Pencabutan gigi dewasa
7. Operasi gigi bungsu impaksi (*odontectomy*) dan perawatan kasus bedah mulut lainnya
8. Pembuatan gigi tiruan (*protesa gigi*)
9. Perawatan maloklusi dengan kawat gigi (alat ortodonsi)
10. Implant gigi



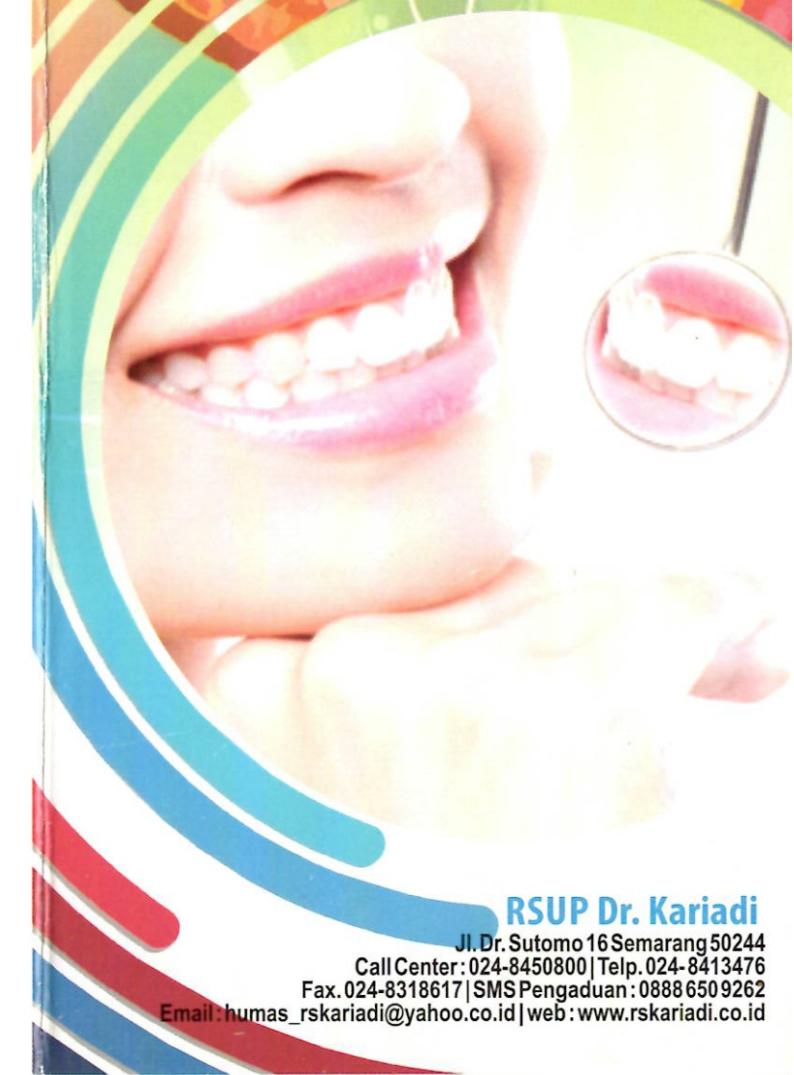
Untuk informasi lebih lanjut, silahkan hubungi kami di :

Klinik Gigi dan Mulut Instalasi Rawat Jalan Lantai 2
(Telp. 024-8413476 Ext. 6181)
Klinik Gigi Privat Instalasi Rawat Jalan Lantai 2 (Telp. 024-8413476 Ext. 6173)
Klinik Gigi dan Mulut Paviliun Garuda (Telp. (024) 8453710)

L.E/Gilut/01



BAGAIMANA MEMILIKI GIGI DAN MULUT YANG SEHAT



RSUP Dr. Kariadi

Jl. Dr. Sutomo 16 Semarang 50244
Call Center: 024-8450800 | Telp. 024-8413476
Fax. 024-8318617 | SMS Pengaduan: 08886509262
Email: humas_rskariadi@yahoo.co.id | web: www.rskariadi.co.id

MENGAPA KESEHATAN GIGI DAN MULUT MENJADI PENTING ?

gi mempunyai beberapa fungsi, diantaranya alah :

Pengunyanan

Gigi berperan penting untuk menghaluskan makanan agar mudah ditelan, serta meringankan kerja proses pencernaan.

Berbicara

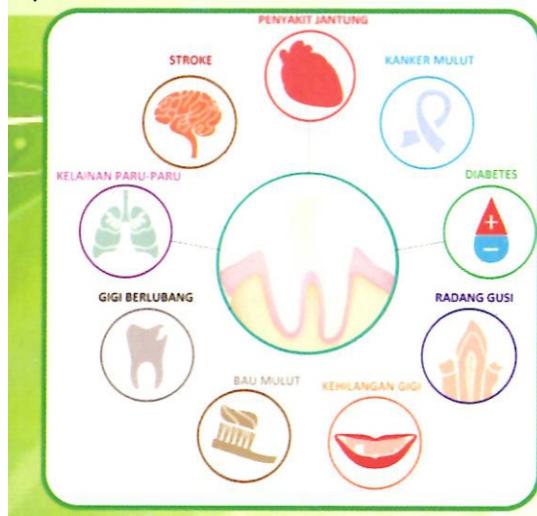
Gigi sangat diperlukan untuk mengeluarkan bunyi ataupun huruf tertentu seperti huruf T, V, F, D, dan S. Tanpa gigi, bunyi huruf-huruf tersebut tidak akan terdengar sempurna.

Estetik

Sebuah senyum tidak akan lengkap tanpa hadirnya sederetan gigi yang rapi dan bersih.

Cerminkesehatan Umum

Gigi yang bermasalah dan mulut yang kotor bisa menjadi sumber infeksi (fokal infeksi) beberapa penyakit. Infeksi dari gigi bisa menyebar ke seluruh tubuh malalui sistem peredaran darah dan limfe.



KONDISI DAN KELAINAN DI DALAM RONGGA MULUT YANG PERLU DIPERHATIKAN

Segera konsultasi dan periksakan gigi Anda kepada dokter gigi apabila didapatkan kondisi atau keluhan sebagai berikut:

- Gigi ngilu (sensitif) dan sakit akibat turunnya gusi, ausnya gigi, dan trauma pada gigi



- Gigi berlubang akibat proses karies



- Gigi tinggal akar
- Gigi hilang karena dicabut
- Rasa sakit akibat tumbuhnya gigi geraham terakhir, gigi tumbuh sebagian/miring (impaksi)
- Gigi berubah warna
- Gigi berjejal atau tidak rapi (maloklusi)
- Gigi goyang (luksasi)
- Gusi mudah berdarah (gingivitis) dan bau mulut



- Lidah terasa terbakar dan nyeri
- Sakit saat membuka mulut atau ketika membuka mulut terdengar bunyi "klik" (clicking)
- Pembengkakan atau benjolan di dalam rongga mulut dan sekitar wajah (kepala dan leher)
- Sariawan atau ulkus yang tidak sembah-sembah
- Gangguan pengecapan rasa
- Mulut terasa kering (xerostomia)

KEBIASAAN YANG BERDAMPAK BURUK PADA KESEHATAN GIGI DAN MULUT

Kebiasaan yang dapat menyebabkan dampak buruk bagi kesehatan gigi dan mulut, antara lain:

- Pemberian susu dengan botol (bottle feeding) sebagai pengantar tidur pada anak dalam jangka waktu lama.
- Menghisap jari tangan (jempol).
- Menggigit kuku dan bibir bawah.
- Menggunakan gigi sebagai alat bantu (seperti membuka kemasan plastik dan membuka tutup botol)
- Konsumsi minuman bersoda langsung dari kaleng.
- Mengunyah makanan hanya menggunakan satu sisi rahang.
- Menggunakan tusuk gigi.
- Menyikat gigi terlalu keras dan dengan cara yang tidak tepat.
- Merokok, konsumsi alkohol, dan narkoba, minum kopi dan teh dalam jumlah yang berlebihan.
- Mengabaikan kesehatan gigi dan mulut serta takut ke dokter gigi.



Teknik menyikat gigi dan flossing yang benar