

Risiko Radang Gusi ANCAM

Jantung



**DR ROSRAHIMI
ABDUL RAHIM**

Pakar Periodontik
Klinik Pergigian Cahaya Sufia, Kuala Lumpur

Ramai di antara kita pernah mengalami sakit gigi dan pergi mendapatkan rawatan tetapi tidak ramai yang sedar mereka mengalami penyakit gusi.

Sebenarnya, penyakit gusi adalah penyakit yang paling kerap ditemui di dalam mulut. Kajian yang dijalankan oleh Bahagian Kesihatan Pergigian, Kementerian Kesihatan Malaysia pada tahun 2010, mendapati 94% daripada mereka yang diperiksa mengalami penyakit gusi dalam peringkat tahap 1 (18.2% daripadanya memerlukan rawatan gusi yang kompleks).

Ini adalah kerana penyakit gusi jarang menimbulkan masalah dan kesakitan teruk pada tahap awal mahupun peringkat lewat. Oleh itu penyakit ini kurang diberi perhatian. Biasanya ia hanya akan disadari apabila telah merebak dan mencapai peringkat lanjut.

Gusi yang dimaksudkan di sini adalah sekumpulan tisu yang menyokong gigi, juga dikenali sebagai periodontium secara saintifiknya. Ia terdiri dari gingiva (bahagian luar gusi), ligamen penyokong gigi, sementum (lapisan yang menyaluti akar) dan tulang alveolus (tulang rahang).

Penyakit gusi pada umumnya adalah penyakit yang disebabkan oleh jangkitan bakteria yang didapati dalam plak gigi.

ia mengakibatkan keradangan dan jangkitan yang kronik dalam jangka masa yang panjang.

Pada peringkat awal ia dikenali sebagai gingivitis (keradangan gusi) yang hanya melibatkan tisu luaran gusi (gingiva) sahaja. Penyakit ini boleh sembuh jika dirawat pada peringkat ini.

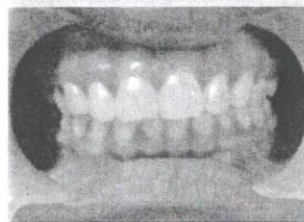
Walaupun bagaimanapun jika dibiarkan berlarutan, ia akan merebak ke bahagian yang lebih dalam (melibatkan bahagian akar gigi dan tulang penyokong gigi). Ini dikenali sebagai periodontitis. Pada peringkat ini kemusnahan yang berlaku adalah tidak boleh berbalik. Rawatan yang diberi hanya akan melambatkan proses kemusnahan seterusnya.

Tanda paling awal yang dapat dikesan adalah gusi berdarah semasa memberus gigi. Ramai yang beranggapan ini adalah fenomena biasa. Sebenarnya gusi tidak akan berdarah walaupun diberus dengan berus gigi yang keras.

Hanya gusi yang tidak sihat sahaja akan berdarah. Jika tidak dirawat, lama kelamaan keradangan akan merebak dan menyebabkan kehilangan tulang di sekeliling gigi dan penyusutan gusi.

Tanda-tanda penyakit periodontium:

- ▼ Gusi berdarah semasa memberus gigi
- ▼ Gusi berwarna merah dan bengkak
- ▼ Gusi terpisah dari gigi (mengecut), gigi kelihatan panjang
- ▼ Nafas berbau yang sukar untuk dihilangkan
- ▼ Terdapat nanah di antara gigi dan gusi
- ▼ Gigi goyang/longgar
- ▼ Gigi kelihatan jarang
- ▼ Perubahan dalam gigitan atau semasa mengigit (gigitan tidak rapat/selesa)
- ▼ Gigi palsu tidak selesa
- ▼ Gigi berasa ngilu/sensitif



Gusi sihat



Gusi berginjal

Penyakit gusi dan penyakit kardiovaskular (jantung dan salur pembuluh darah)

Konsep jangkitan mulut boleh mempengaruhi keadaan kesihatan badan keseluruhan telah ditimbulkan semenjak 1920-an lagi. Ini adalah kerana mulut adalah pintu utama bagi kesihatan keseluruhan badan, ia juga merupakan kawasan yang mempunyai takungan bakteria terbanyak di dalam badan. Idea ini telah diterima semula dua dekad lepas.

Terdapat bukti-bukti yang semakin kukuh mengaitkan penyakit gusi dengan penyakit kardiovaskular. Mengalami penyakit gusi untuk jangka masa yang panjang mungkin meningkatkan risiko penyakit jantung dan strok.

Telah diketahui, penyebab utama penyakit kardiovaskular adalah pengumpulan lemak pada dinding bahagian dalam salur darah. Ini akan menyempitkan salur darah dan akan menyebabkan kesukaran aliran darah. Seterusnya pembentukan bekuan darah akan terjadi. Ia boleh mengakibatkan aliran darah terhenti. Keadaan ini akan menyebabkan berlakunya serangan jantung atau strok (jangan ammar).

Beberapa penyelidik mencadangkan bahawa bakteria, toksin bakteria dan bahan kimia yang terhasil dari penyakit gusi boleh melalui salur darah hingga ke saluran darah jantung dan bahagian badan yang lain. Seterusnya kesemua ini boleh melekat pada lapisan dalam salur darah serta membentuk bekuan darah. Keadaan inilah yang boleh menyumbang kepada serangan jantung dan strok.

Penyakit gusi adalah sejenis penyakit keradangan. Para penyelidik berpendapat keradangan lebih merbahaya kepada sistem kardiovaskular daripada risiko yang telah pun dikenal

pasti seperti kolesterol LDL yang tinggi.

Kaitan antara keradangan dan penyakit jantung dapat menerangkan mengapa hampir separuh daripada pesakit yang mengalami sakit jantung tidak mempunyai sebarang faktor risiko yang telah dikenal pasti, selain dari tahap keradangan yang tinggi.

Terdapat kajian yang merumuskan bahawa pesakit yang mengalami penyakit gusi mempunyai risiko 25% untuk mendapat penyakit kardiovaskular dibandingkan dengan mereka yang tidak mengalami penyakit gusi. Penyakit gusi juga dilaporkan berkaitan dengan peningkatan kecil risiko untuk penyakit jantung dalam kalangan lelaki yang berumur di bawah 50 tahun pada permulaan kajian.

Walaupun bagaimanapun, sesetengah kajian menunjukkan risiko untuk mengidap penyakit jantung mungkin dari faktor-faktor lain. Pesakit dengan penyakit gusi banyak berkongsi faktor risiko yang sama dengan pesakit yang mengalami penyakit kardiovaskular seperti umur, jantina, status sosioekonomi yang rendah, merokok dan stres.

Adalah munasabah untuk seseorang yang bimbang terkena penyakit kardiovaskular untuk menjaga kesihatan gusi dan mulutnya sebaik-baiknya. Ini mungkin salah satu cara untuk mencegah penyakit kardiovaskular. Di samping itu ia tidaklah membebankan jika dibandingkan dengan cara-cara pencegahan yang lain, contohnya mengurangkan berat badan atau melakukan senaman fizikal.

Rawatan penyakit gusi

Rawatan penyakit gusi bertujuan untuk mencegah berlakunya keradangan. Terdapat pelbagai jenis rawatan mengikut tahap penyakit gusi tersebut. Semuanya bertujuan untuk mengurangkan beban

bakteria pada satu-satu masa. Oleh itu ia amat memerlukan kerjasama pesakit terutamanya penjagaan di rumah. Selain itu, gaya hidup yang sihat juga amat diperlukan. Ini boleh mengurangkan faktor-faktor yang meningkatkan risiko penyakit gusi seperti merokok, stres, obesiti, dan penyakit sistemik yang lain.

Untuk mengekalkan kesihatan mulut yang baik, anda perlu:

- ▼ Memberus gigi dengan berkesan dan menggunakan flos pergigian setiap hari.
- ▼ Sentiasa berwaspada dengan tanda-tanda penyakit gusi.
- ▼ Dapatkan pemeriksaan pergigian setiap 6 hingga 12 bulan.
- ▼ Pastikan anda memberitahu doktor pergigian bahawa anda mempunyai penyakit jantung dan ubatan yang diambil.
- ▼ Mengikut arahan doktor pergigian dan perubatan serta mengambil ubatan yang diberi preskripsi seperti antibiotik jika perlu.

Selain dari kesan penyakit gusi ke atas penyakit kardiovaskular, ia juga dikaitkan dengan beberapa keadaan dan penyakit lain seperti:

- Kencing manis
- Kelahiran bayi kurang berat dan pra-matang
- Penyakit nefros
- Penyakit Alzheimer (nyanyuk)
- Penyakit Ginjal
- Kanser Pankreas
- Infeksi kawasan-kawasan yang berjauhan dari mulut yang lain

Walaupun bagaimanapun lebih banyak kajian diperlukan untuk mendapatkan bukti yang lebih kukuh bagi mengesahkan kaitan ini.

Menjaga kesihatan gusi dan mulut adalah langkah pencegahan terbaik yang boleh diambil walaupun tiada kaitan sebenar antara penyakit gusi dan yang tersebut di atas. Gigi dan gusi yang sihat adalah amat penting untuk kehidupan yang lebih ceria dan bermakna. Hargailah apugerah yang telah dikurniakan kepada kita. Gigi kita dicipta untuk sepanjang hayat. Tiada istilah 'tarikh luput' untuknya. k

Chardren -

General

CTR NO: 0000574421

108: 120-121