

## Ib Daim Ntawv Qhia Txog Tus Kab Mob Ntawm

### Cov Nqaij Mos Uas Nyob Ib Ncig Ntawm Tus Hniav

Thaum ua ntej, nws tsis muaj suab, yuav luag tsis pom thiab tej zaum tseem tsis hnov mob li thiab. Tiam tsis thaum uas muaj kab mob ntawm cov nqaij mos uas nyob ib ncig ntawm tus hniav lawm, nws tsuas yog tos seb thaum twg mam li tshwm uas ua rau tsis xis nyob, tsis tshua pom thiab tej zaum tseem yog ib qho kev phiav uas kho tsis tau.

Kab mob ntawm cov nqaij mos uas nyob ib ncig ntawm tus hniav, tseem hu ua mob pos hniav, yog qhov uas loj tshaj plaws uas ua rau cov neeg laus cov hniav lov. Muaj ntau hom thiab ntau theem ntawm cov kab mob, tag nrho uas pib voos ntawm cov pos hniav uas yuav txav tau cov pob txha thiab cov nqaij tawv uas tuav tus kaus hniav. Thaum pib, feem ntau tus kws kho hniav los sis tus neeg uas muab kev pab txog lub qhov ncauj yuav tshawb pom muaj qhov no thaum uas mus soj ntsuam hniav. Yog hais tias tsis kho cov pos hniav thiab tus pob txha yuav puas loj heev, tus hniav ntawv yuav lov tau los sis yuav tau muab tshem tawm.

Coob tshaj ib nrab hauv cov neeg laus, thiab peb feem plaub ntawm cov neeg laus uas muaj 35 xyos rov sau, muaj ib hom kab mob ntawm cov nqaij mos uas nyob ib ncig ntawm tus hniav. Txawm tias yog cov menyuam me me xwb los lawv yuav muaj cov tsos mob no. Yog hais tias koj npaj uas kom koj cov hniav kav mus tag koj lub neej, nws yog ib qho tseem ceeb uas yuav tau paub txog seb yog muaj dab tsi ua rau kom nws tshwm sim, cov tsos mob thiab cov kev pab kho uas zoo tshaj plaws los kho thiab tiv thaiv kom tsis txhob muaj tus kab mob ntawm cov nqaij mos uas nyob ib ncig ntawm tus hniav.

### Yog vim li cas ho muaj tus Kab Mob Ntawm Cov Nqaij Mos Uas Nyob Ib Ncig Ntawm Tus Hniav?

Qhov loj tshaj uas ua kom muaj kab mob ntawm cov nqaij mos uas nyob ib ncig ntawm tus hniav yog qhov sib tshuam ntawm cov kab mob bacteria uas nyob hauv cov quav hniav-ib qho plaum plaum uas tsis pom uas nyob rau ntawm cov hniav - thiab lub cev yuav txawv raws cov kab bacteria. Cov kab bacteria ua ib co toxins uas khaus thiab mob nyob rau ntawm cov pos hniav. Qhov kev mob no yuav ua kom cov nqaij mos ntawm cov pos hniav puas thiab ua rau lawv txav ntawm cov hniav. Yog hais tias tsis kho, tus kab mob no yuav ua kom puas rau tus pob txha uas nyob hauv qab ntawv.

Thaum uas tsis tshem cov quav hniav tawm ntawm cov hniav txhua hnuv, nws yuav ua tau ib qho uas tawv tawv thiab muaj kab noj hauv lub cev hu ua calculus, los sis tartar. Yog hais tias cov calculus ua nyob rau hauv lub cag hlwb hniav

hauv qab ntawm cov pos hniav, nws yuav ua rau cov pos hniav khaus ntxiv thiab yuav ua rau kom haj yam muaj quav hniav ntxiv thiab kab mob. Tsuas yog tus kws kho hniav los sis tus neeg uas paub txog kev tu lub qhov ncauj thiab li yuav tshem tau cov quav hniav thiab calculus tawm ntawm koj cov hniav.

Thaum uas cov kab bacteria hauv cov quav hniav ua rau hnov khaus thiab puas rau cov pos hniav lawm, yuav muaj ntau yam uas ua rau kom muaj tus kab mob loj nyob rau ntawm cov nqaij mos uas nyob ib ncig ntawm tus hniav thiab qhov ceev los sis qeeb uas nws yuav ntau zuj zus. Ib co yog:

- Haus los sis zaum cov yeeb nkaab
- Tsis tu lub qhov ncauj
- Cov hniav txuas ntawv nws tsis haum zoo
- Cov hniav uas tsis ncaj
- Cov hlau ntsaws hniav uas tsis zoo lawm
- Muaj khoom noj nyob rau ntawm cov kis hniav
- Zawm hniav los sis hniav sib tsoo
- Tsis noj haus zoo
- Cev xeeb tub los sis noj cov tshuaj kom tsis txhob muaj menyuam
- Cov kab mob uas yuav raug rau tag nrho lub cev xws li ntshav qab zib los sis AIDS
- Tej co tshuaj noj

### Cov qib theem ntawm tub Kab Mob Ntawm Cov Nqaij Mos Uas Nyob Ib Ncig Ntawm Tus Hniav yog dab tsi?

Cov pos hniav uas muaj kev kaj huv mas nws khov, liab dawb thiab tsis los ntshav. Cov qib theem thaum ntxov ntawm tus kab mob ntawm cov nqaij mos uas nyob ib ncig ntawm tus hniav, hu ua mob pos hniav, cov pos hniav pib liab thiab o thiab tej zaum yuav los ntshav thaum uas txhuam los sis xuas hlua dig hniav. Cov quav hniav thiab tartar muaj ntau zuj zus rau ntawm txoj kab ntawm cov pos hniav, tiam sis tus pob txha uas tuav cov hniav tseem muaj kev kaj huv thiab kev uas tshem qhov uas ua rau kom khaus khaus ntawv yuav rov qab ua rau kom cov nqaij mos rov qab muaj kev kaj huv.

Theem txuas ntxiv ntawm tus kab mob ntawm cov nqaij mos uas nyob ib ncig ntawm tus hniav yog hu ua kev kho cov nqaij

mos uas nyob ib ncig ntawm tus hniav. Nyob rau theem no, cov pos hniav pib txav tawm ntawm cov hnaiv, tus pob txha uas nyob hauv qab ntawv raug puas tsuaj, ua ib lub qhov (pocket), thiab, tej lub sij hawm, cov pos hniav txav mus deb. Cov quav hniav uas muaj tus kab mob bacteria-laden nkag mus rau hauv cov qhov, uas ua rau kom kev tu qhov chaw ntawm tus hniav ntawv nyuaj thiab los tswj txoj kev ua tus kab mob.

Thaum uas tus kab mob twb loj heev lawm, cov qhov yuav tob zuj zus thiab yuav muaj kev puas tshuaj ntxiv rau tus pob txha uas nyob sab hauv qab ntawv. Ntxiv thiab, tus kab mob bacteria uas nyob hauv cov qhov uas tob no yuav puas loj heev ntxiv thiab yuav ua kom tus kab mob haj yam loj ntxiv. Yog hais tias tsis kho, cov hniav yuav cia li xoob thiab poob los.

### **Cov tsos mob ntawm tus Kab Mob Ntawm Cov Nqaij Mos Uas Nyob Ib Ncig Ntawm Tus Hniav yog dab tsi?**

Thaum uas cov tsos mob thaum ntxov ntawm tus kab mob ntawm cov nqaij mos uas nyob ib ncig ntawm tus hniav tsuas yuav paub tau tias muaj los sis tsis muaj los ntawm tus kws kho hniav xwb, muaj lwm cov kev qhia uas pib tshwm thaum uas tus kab mob no loj zuj zus. Cov tsos mob no zoo li:

- Liab, o los sis cov pos hniav mob
- Cov pos hniav uas loj ntshav thaum uas txhuam hniav los sis xuas hlua dig hniav
- Cov hniav uas tau txav los sis xoob
- Paug ntawm cov kis hniav thiab cov pos hniav
- Kev ua pa tswb phem tas li
- Cov hniav uas zoo nkaus li ntev dua vim cov pos hniav tau txav lawm
- Cov pos hniav uas tau txav ntawm tus hniav mus lawm
- Cov kev hloov ntawm qhov uas cov hniav haum ua ke thaum uas zawm hniav
- Cov kev hloov hauv qhov haum ntawm ib qho ntawm cov lo hniav yas

Yog hais tias koj muaj cov tsos mob no, tej zaum koj muaj ib hom kab mob ntawm cov nqaij mos uas nyob ib ncig ntawm tus hniav thiab yuav tsum tau nrog koj tus kws kho hniav uas yog ib tug neeg koom hauv California Dental Association (CDA). Nws yuav ntsuas seb cov qhov mus tob npaum li cas ntawm koj cov hniav thiab cov pos hniav thiab yees duab X-rays los xyuas seb puas muaj kev puas tsuaj rau tus pob txha uas tuav ntawv. Yog hais tias, tom qab qhov kev soj ntsuam no, koj tus kws kho hniav CDA pom tias koj muaj kab

mob ntawm cov nqaij mos uas nyob ib ncig ntawm tus hniav, nws muaj ntau hom kev kho uas nws yuav pom zoo kom ua raws seb koj qhov ntawv mob loj npaum li cas.

### **Yuav kho tau tus Kab Mob Ntawm Cov Nqaij Mos Uas Nyob Ib Ncig Ntawm Tus Hniav li cas?**

Yog hais tias pom tias muaj tus kab mob ntawm cov nqaij mos uas nyob ib ncig ntawm tus hniav thaum ntxov ntawm kev mob pos hniav, nws yuav kho tau los ntawm kev ntxuav los ntawm ib tug neeg uas muaj kev txawj ntse. Yog hais tias tus kab mob tau mob loj dua qhov uas mob pos hniav mus rau qhov uas yuav tau kho cov pos hniav, qhov kev kho yuav siv txoj kev hu ua "txuav tob" los sis "kev cog lub cag hlwb," uas yuav ntxuav thiab ua kom lub cag hlwb ntawm tus hniav du uas yuav tshem cov calculus thiab cov bacterial uas nyob hauv qab ntawm txoj kab hauv cov pos hniav kom cov pos hniav thiaj li zoo tau ib ncig ntawv. Txoj kev ua no tej zaum yuav tau mus ua ob peb zaug, nyob ntawm seb koj tus kab mob ntawm cov nqaij mos uas nyob ib ncig ntawm tus hniav ntawv mob loj npaum li cas.

Yog hais tias thaum mob cov pos hniav loj tuaj lawm, thaum uas cov qhov tob ntawm ua rau ntawm cov hniav thiab cov pos hniav, tej zaum yuav tau phais es tus kws kho hniav thiaj li yuav ntxuav tau cov cag hlwb ntawm cov hniav thiab tshem cov qhov tawm. Thaum uas tsis muaj cov pos hniav txaus lawm, tej zaum yuav tau puab ib co pos hniav yas rau. Rau tej co kab mob ntawm cov nqaij mos uas nyob ib ncig ntawm tus hniav mas, thaum uas cov pos hniav thiab tus pob txha tau raug puas tsuaj ib nrab lawm, tej cov kev phais yuav pab kho tau cov nqaij mos no.

Tseem muaj ib co tshuaj tshiab rau kev kho cov kab mob ntawm cov nqaij mos uas nyob ib ncig ntawm tus hniav thiab. Cov tshuaj antimicrobial los sis tshuaj tua kab mob tshiab uas xa hauv ib ncig ntawm zej zos tuaj, nrog rau cov tshuaj uas tswj qhov uas lub cev puas raws tus kab mob uas ua cov kab bacteria, yuav pab ua kom kev loj hlob ntawm tus kab mob ntawv qeeb.

### **Yuav tiv thaiv tau tus Kab Mob Ntawm Cov Nqaij Mos Uas Nyob Ib Ncig Ntawm Tus Hniav li cas?**

Txoj kev uas zoo tshaj los tiv thaiv kom tsis txhob muaj tus kab mob ntawm cov nqaij mos uas nyob ib ncig ntawm tus hniav yog yaum tu lub qhov ncauj kom zoo. Kev txhuam hniav thiab xuas hlua dig hniav txhua hnub, noj haus kom zoo thiab teem sij hawm mus ntsib koj tus kws kho hniav hauv CDA tas li yog ib qho tseem ceeb los pab kom tsis txhob muaj tus kab mob ntawm cov nqaij mos uas nyob ib ncig ntawm tus hniav. Thiab thaum ua li no, koj yuav ceev tau kom koj cov hniav zoo mus tag lub neej.