

E-BULETIN

>PEJABAT KESIHATAN PERGIGIAN KAWASAN KENINGAU

>EDISI 7, JAN-MAC 2025



MERAWAT MULUT
MELINDUNGI BADAN

ISI KANDUNGAN

01 Pengenalan

Perutusan Pegawai Pergigian Kawasan	3
Perutusan Pakar Pergigian Restoratif (Prosthodontik)	4
Sidang Redaksi	5

02 Lensa Program Pergigian

Kehadiran Pasukan Pergigian ke Karnival PIBG SK Sinsuron Tambunan	6
Program Outreach Pergigian ke Klinik Kesihatan Sepulut	7
Program Kesihatan Pergigian PDK Nabawan	9
Program “Kesihatan Mulut, Kebahagiaan Hidup” Sempena Bulan Kesedaran Kanser Mulut (MCAW)	11
Program Lawatan & Rawatan Pergigian di SMK Pensiangan	13

03 Kolum Ilmu Pergigian

Kaedah Pemutihan Gigi: Selamat Atau Tidak?	14
Kesan Gigi Berlubang Terhadap Kesihatan	17
Rawatan Salur Akar Gigi	18
Kesan Kehilangan Gigi Terhadap Kesihatan Dan Kualiti Hidup	19
Korana & Jambatan Gigi: Pemulihan Gigi Yang Rosak Dan Hilang	20



Salam Sejahtera dan Salam Malaysia Madani,

Kita mulakan tahun baharu ini dengan semangat dan komitmen untuk terus memperkasakan penjagaan kesihatan pergigian dalam kalangan masyarakat. Buletin edisi Januari hingga Mac ini merupakan usaha berterusan kami untuk menyampaikan informasi berguna, terkini dan menyeluruh berkaitan kesihatan mulut serta inisiatif yang sedang dijalankan oleh pasukan pergigian.

Sepanjang suku pertama tahun ini, pelbagai aktiviti promosi dan pendidikan kesihatan pergigian telah dijalankan di seluruh fasiliti kesihatan, sekolah dan komuniti. Antaranya termasuk program pemeriksaan gigi di sekolah, ceramah penjagaan gigi untuk ibu bapa dan kanak-kanak, serta kempen kesedaran mengenai kanser mulut. Pendekatan pencegahan dan pendidikan awal kekal menjadi teras dalam usaha kita menurunkan kadar penyakit pergigian dalam kalangan rakyat Malaysia, terutamanya dalam kalangan kanak-kanak dan golongan warga emas. Kami percaya bahawa dengan pengetahuan dan amalan yang betul, ramai yang dapat mengelakkan kerosakan gigi dan kehilangan gigi pramatang.

Akhir kata, saya merakamkan setinggi-tinggi penghargaan kepada semua warga kesihatan pergigian yang komited dalam memberikan perkhidmatan terbaik kepada masyarakat. Semoga usaha kita yang berterusan ini akan memberi impak yang positif kepada kesihatan awam negara.

Sekian, terima kasih.

DR JUDITH LINUS LOJIKIP

PEGAWAI PERGIGIAN KAWASAN

PEJABAT KESIHATAN PERGIGIAN

KAWASAN KENINGAU



Assalamualaikum dan salam sejahtera,

Saya ingin merakamkan setinggi-tinggi penghargaan dan ucapan terima kasih kepada pihak sidang redaksi kerana telah sudi menjemput saya bersama-sama dalam e-Buletin Kesihatan Pergigian ini. Peluang ini amat saya hargai dan saya berbesar hati dapat menyumbang dalam usaha menyebarkan ilmu serta maklumat berkaitan kesihatan pergigian kepada masyarakat.

Syabas dan tahniah saya ucapkan kepada seluruh pasukan sidang redaksi atas komitmen dan dedikasi yang tinggi dalam menerbitkan buletin ini. Usaha murni ini bukan sahaja mencerminkan semangat kerjasama, malah menjadi wadah penting dalam memperkasa pengetahuan awam tentang penjagaan kesihatan pergigian.

Semoga buletin ini terus menjadi sumber informasi yang bermanfaat dan memberi impak positif kepada komuniti setempat.

Sekian, terima kasih.

“Let your smile shine the word”

DR. MOHD KHAIRUL FIRDAUS MAZLAN

PAKAR PERGIGIAN RESTORATIF (PROSTHODONTIK)

UNTI PAKAR PERGIGIAN RESTORATIF

KLINIK PERGIGIAN KENINGAU

Salam Sejahtera buat semua pembaca setia eBuletin Pergigian.

Selamat datang ke edisi terkini buletin pergigian kami untuk bulan Januari-Mar! Tahun baru ini, kami ingin mengucapkan setinggi-tinggi penghargaan kepada para pembaca atas sokongan anda!

Dalam edisi kali ini, pelbagai artikel informatif telah dimuatkan, termasuk topik mengenai pemutihan gigi, pemulihan pergigian, dan hubungan antara kesihatan mulut dan kesihatan sistemik. Kami berharap kandungan ini dapat dimanfaatkan oleh semua pembaca untuk memperbaiki gaya hidup dan penjagaan kesihatan mulut masing-masing.

Bulan Januari merupakan waktu terbaik untuk membuka lembaran baharu dan berusaha ke arah gaya hidup yang lebih sihat, termasuk menjaga kesihatan mulut dengan lebih baik. Semoga artikel dalam buletin ini dapat menjadi panduan dan inspirasi untuk anda mengekalkan senyuman sihat sepanjang tahun yang akan datang.

Teruskan menjaga senyuman anda!

Selamat Membaca!

DITERBITKAN OLEH:

Pejabat Kesihatan Pergigian
Kawasan Keningau, Jalan
Hospital Lama, 89008 Keningau,
Sabah, Malaysia

EMEL:

pkpk.keningau@moh.gov.my

PENASIHAT

DR. JUDITH LINUS LOJIKIP

(Pegawai Pergigian Kawasan Keningau)

KETUA eBULETIN

DR. AUDREY GEORGE

KETUA EDITOR

DR. EMILY TAN HUI-PING

EDITOR DAN PEREKA GRAFIK

DR. HAZELL LOVENNEY JAHIRIN

EDITOR DAN PROGRAM AKTIVITI PTJ

DR. SITI NURUL AFIQAH BINTI MAHIAN

JKP FELICIA FUNG HUI SHIA

PROOFREADER

DR. MOHD KHAIRUL FIRDAUS MAZLAN

(Pakar Pergigian Restoratif, Klinik Pergigian Keningau)

PENULIS ARTIKEL PERGIGIAN



Dr. Sascha Audra
Ng Bansing



Dr. Nur Shaheerah
Binti Rasamin



Dr. Mimiellilian Hee



Dr. Emily Tan Hui-Ping



Dr. Melissa
Mohammad



Dr. Nurul Afiqah
Binti Azli Fitri

Kehadiran Pasukan Pergigian ke Karnival PIBG SK Sinsuron, Tambunan

08th January, 2025

Laporan disediakan oleh:
Dr. Sascha Audra & Dr Mimiellilian Hee

Kesihatan Gigi Terjaga, Senyuman Lebih Ceria!

Karnival PIBG SK Sinsuron, Tambunan berlangsung meriah dengan pelbagai aktiviti bermanfaat, termasuk program kesihatan pergigian yang dikendalikan oleh pasukan pergigian dari Klinik Pergigian Tambunan. Program ini bertujuan untuk memberikan pendidikan kesihatan gigi kepada murid-murid serta ibu bapa agar mereka lebih peka terhadap penjagaan oral yang betul.



Antara aktiviti yang diadakan termasuk pemeriksaan gigi & demonstrasi teknik memberus gigi yang betul. Selain itu, risalah dan sampel produk penjagaan gigi turut diedarkan kepada peserta.

Program ini mendapat sambutan baik daripada murid, ibu bapa, dan guru. Beberapa ibu bapa juga mengambil peluang untuk bertanya tentang rawatan pergigian yang sesuai untuk anak-anak mereka.

Diharapkan aktiviti seperti ini dapat diteruskan bagi meningkatkan kesedaran tentang kepentingan penjagaan gigi.



Program Outreach Pergigian ke Klinik Kesihatan Sepulut



7 JAN 2025

Laporan disediakan oleh:
Dr. Melissa Mohammad

Program Outreach Pergigian ke Klinik Kesihatan Sepulut merupakan program tahunan hasil kerjasama erat antara Klinik Pergigian Nabawan (KP Nabawan) dan Klinik Kesihatan Sepulut (KK Sepulut). Inisiatif ini diadakan sebanyak tiga bulan sekali dengan matlamat utama meningkatkan akses perkhidmatan pergigian kepada komuniti setempat, khususnya mereka yang tinggal di kawasan pedalaman dan mempunyai keterbatasan untuk mendapatkan rawatan pergigian secara berkala.

Bagi tahun 2025, siri pertama program ini telah berjaya dilaksanakan pada 7 Januari 2025. Program ini mendapat sambutan yang sangat baik daripada penduduk setempat yang hadir bagi mendapatkan pelbagai perkhidmatan pergigian secara percuma.

Secara keseluruhannya, program ini berjaya mencapai objektif dalam meningkatkan kesedaran dan penjagaan kesihatan mulut masyarakat sekitar Sepulut. Kejayaan pelaksanaan program ini tidak akan dapat dicapai tanpa kerjasama erat antara pasukan pergigian dari KP Nabawan dan KK Sepulut serta sokongan padu daripada penduduk setempat.

Program outreach ini akan diteruskan pada suku tahun seterusnya dengan harapan lebih ramai individu dapat menerima manfaat dan meningkatkan kesedaran tentang kepentingan penjagaan kesihatan mulut.

AKTIVITI YANG DIJALANKAN SEPANJANG PROGRAM INI MERANGKUMI:

✓ Pemeriksaan dan Rawatan Pergigian

- Pemeriksaan kesihatan mulut menyeluruh dijalankan bagi mengesan sebarang masalah gigi dan gusi.
- Rawatan asas seperti tampalan, cabutan gigi dan pembersihan (scaling) turut diberikan kepada pesakit yang memerlukan.

✓ Sapuan Fluorida

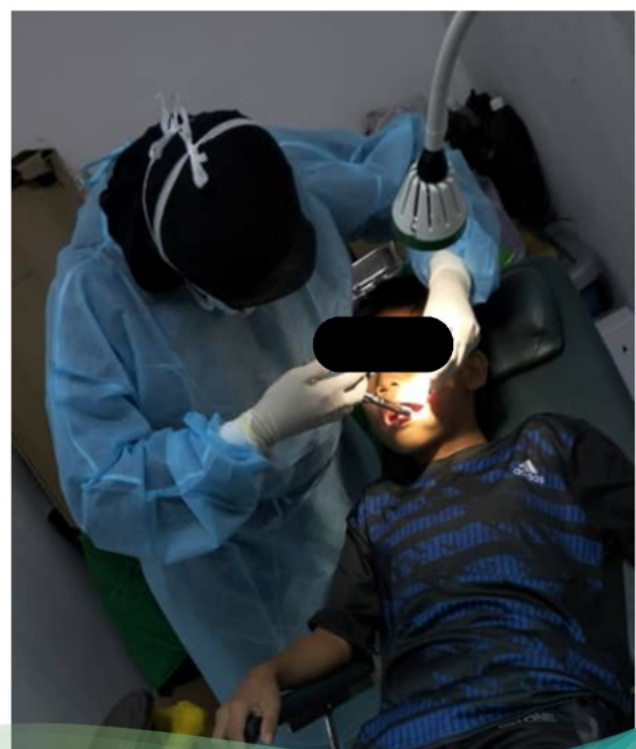
- Fluorida merupakan elemen penting dalam mencegah kerosakan gigi. Oleh itu, rawatan sapuan fluorida diberikan kepada kanak-kanak bagi membantu menguatkan struktur gigi dan mengurangkan risiko karies gigi.

✓ Saringan Pra-Kanser dan Kanser Mulut

- Saringan awal amat penting dalam usaha mencegah dan mengesan kanser mulut di peringkat awal.
- Peserta yang menunjukkan tanda-tanda awal perubahan mukosa mulut telah dinasihatkan untuk mendapatkan pemeriksaan lanjut bagi rawatan susulan.

✓ Nasihat Pergigian Individu

- Selain rawatan, setiap peserta diberikan pendidikan kesihatan mulut yang bersesuaian dengan keadaan gigi mereka.
- Kaedah penjagaan kebersihan gigi, pemilihan berus gigi yang sesuai, serta pemakanan yang sihat untuk gigi turut diterangkan bagi memastikan amalan penjagaan mulut yang lebih baik.





20 Jan - 24 Jan 2025

Program Kesihatan Pergigian PDK Nabawan

Laporan disediakan oleh: Dr. Melissa Mohammad

Program Kesihatan Pergigian PDK Nabawan yang telah berlangsung pada 20 – 24 Januari 2025 merupakan inisiatif tahunan Klinik Pergigian Nabawan bagi menyediakan pemeriksaan dan rawatan pergigian kepada masyarakat Pusat Pemulihan Dalam Komuniti (PDK) Nabawan serta meningkatkan kesedaran terhadap kepentingan penjagaan kesihatan mulut. Program ini bertujuan memperkasakan akses rawatan kepada golongan berkeperluan khas dengan memberikan pendidikan kesihatan, pemeriksaan berkala, serta rawatan pencegahan dan pemulihan bagi memastikan kesejahteraan oral jangka panjang.



Program Kesihatan Pergigian PDK Nabawan



Pelbagai aktiviti termasuk:

- Ceramah Kesihatan Pergigian – Meningkatkan pemahaman peserta tentang kepentingan kebersihan mulut dan pemakanan sihat.
- Pameran Pergigian – Menampilkkan maklumat interaktif dan demonstrasi teknik penjagaan gigi yang betul.
- Pemeriksaan & Rawatan Pergigian – Merangkumi pemeriksaan kesihatan mulut, rawatan seperti tampalan dan pencabutan gigi bagi yang memerlukan.
- Sapuan Fluorida – Melindungi enamel gigi dan mengurangkan risiko karies dalam kalangan peserta.

Kejayaan program ini mencerminkan komitmen KP Nabawan dalam memastikan kesejahteraan kesihatan mulut komuniti PDK Nabawan. Dengan sokongan yang berterusan, program ini akan diteruskan untuk manfaat lebih ramai penerima di masa hadapan.



Laporan disediakan oleh: Dr. Melissa Mohammad

KAMPUNG DUA RIA, NABAWAN 22 FEBRUARI 2025

Program ini merupakan salah satu inisiatif kesihatan pergigian komuniti yang dianjurkan bagi meningkatkan kesedaran dan akses kepada rawatan pergigian serta pengesanan awal kanser mulut. Ia bertujuan memberi manfaat kepada penduduk setempat dengan menyediakan pemeriksaan kesihatan mulut secara percuma serta pendidikan kesihatan mengenai kepentingan pencegahan dan rawatan awal.



Antara aktiviti yang dijalankan:

- Pemeriksaan & Rawatan Pergigian – Termasuk pemeriksaan kesihatan mulut, rawatan asas seperti cabutan gigi dan nasihat pergigian individu.
- Ceramah Kesihatan Pergigian – bertajuk “Cara-cara Penjagaan Mulut” dan “Kanser Mulut: Pencegahan & Tanda-tanda Awal”
- Pameran Kanser Mulut & Kuiz – Pameran interaktif untuk memberi maklumat lanjut mengenai kanser mulut serta sesi kuiz dengan hadiah menarik.
- Cabutan Bertuah – Peserta berpeluang memenangi hadiah sebagai penghargaan atas penyertaan mereka dalam program ini.

Program ini diharapkan dapat membantu komuniti Kampung Ria dalam menjaga kesihatan mulut mereka serta meningkatkan kesedaran tentang pemeriksaan berkala bagi mengesan masalah kesihatan oral lebih awal.





24 -28 Februari 2025

Program Lawatan & Rawatan Pergigian di SMK Pensiangan

Laporan disediakan oleh: Dr. Melissa Mohammad

Ojektif program ini dijalankan adalah untuk meningkatkan kesedaran dan penjagaan kesihatan mulut dalam kalangan pelajar. Sepanjang program ini, pelbagai aktiviti telah dijalankan, termasuk pemeriksaan gigi bagi mengenal pasti masalah kesihatan mulut serta rawatan pergigian seperti tampalan, pembersihan, dan cabutan gigi jika diperlukan. Selain itu, pelajar turut diberi ceramah penjagaan kesihatan mulut, yang menekankan kepentingan kebersihan gigi dan pemakanan sihat. Latihan Memberus Gigi (LMG) juga diadakan bagi memastikan teknik memberus yang betul diamalkan, seterusnya membantu mengurangkan risiko penyakit gusi dan kaviti. Program ini mendapat sambutan baik daripada warga SMK Pensiangan, dan diharapkan dapat membantu meningkatkan kesedaran serta amalan penjagaan kesihatan mulut dalam kalangan pelajar untuk jangka masa panjang.



KAEDAH PEMUTIHAN GIGI: SELAMAT ATAU TIDAK?

DR SASCHA AUDRA NG BANSING, DR NUR SHAHEERAH BINTI RASAMIN, DR EMILY TAN HUI-PING,
DR MIMIELILIAN HEE, DR MELISSA BINTI MOHAMMAD, DR AFIQAH BINTI AZLI FITRI

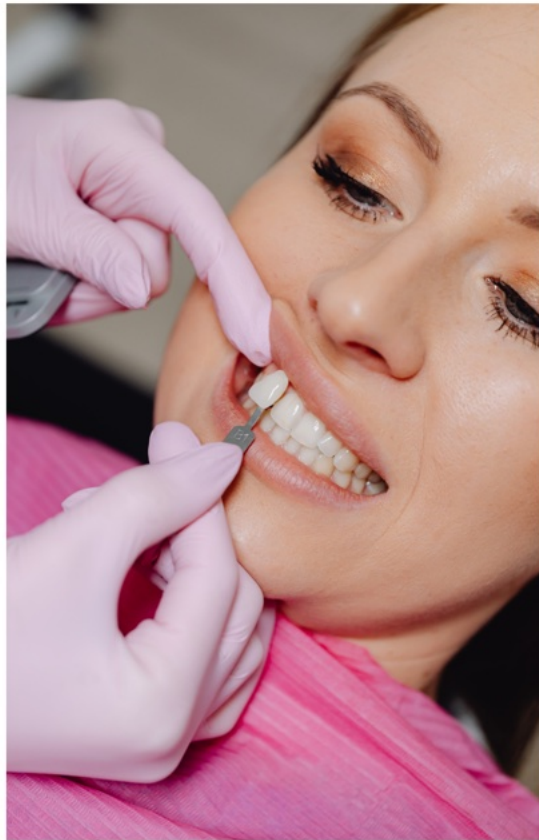
Gigi putih berseri adalah impian ramai individu kerana ia dapat meningkatkan keyakinan diri dan memberikan senyuman yang lebih menarik. Dalam dunia moden hari ini, pemutihan gigi menjadi satu trend yang semakin popular. Ramai yang mencari kaedah terbaik untuk mendapatkan gigi yang lebih cerah. Namun, sejauh mana kaedah pemutihan gigi ini benar-benar selamat? Artikel ini akan membincangkan pelbagai kaedah pemutihan gigi serta keselamatannya.



SEBAB-SEBAB GIGI MENJADI KUNING

Gigi boleh mengalami perubahan warna disebabkan oleh beberapa faktor, antaranya:

- **Makanan dan Minuman:** Minuman seperti kopi, teh, dan minuman berkarbonat boleh menyebabkan gigi menjadi kuning.
- **Tabiat Merokok:** Nikotin dan tar dalam rokok boleh mengotorkan gigi dan menyebabkan perubahan warna yang sukar dihilangkan.
- **Penuaan Semula Jadi:** Seiring dengan usia, lapisan luar gigi (enamel) akan menipis, mendedahkan lapisan kuning di bawahnya.
- **Kebersihan Mulut yang Tidak Memadai:** Plak dan tartar boleh terbentuk akibat kebersihan mulut yang tidak dijaga, menyebabkan gigi kelihatan kusam.
- **Penggunaan Ubat-Ubatan Tertentu:** Beberapa jenis ubat boleh menyebabkan perubahan warna gigi sebagai kesan sampingan.



KAEDAH PEMUTIHAN GIGI DI RUMAH

Bagi mereka yang ingin mencuba pemutihan gigi secara sendiri, terdapat beberapa pilihan yang boleh digunakan:

- **Ubat Gigi Pemutih:** Mengandungi bahan-bahan khas untuk menghilangkan noda pada permukaan gigi secara perlahan-lahan.
- **Kit Pemutihan Gigi:** Biasanya terdiri daripada gel pemutih dan jalur pemutih yang boleh digunakan di rumah.



- **Kaedah Semula Jadi:** Penggunaan baking soda, lemon, dan arang aktif sering dijadikan alternatif semula jadi untuk memutihkan gigi.

Walaupun kaedah ini mudah diakses, penggunaannya perlu dilakukan dengan berhati-hati. Contohnya, baking soda boleh merosakkan enamel jika digunakan terlalu kerap, dan kit pemutihan perlu digunakan mengikut arahan bagi mengelakkan sensitiviti gigi. Selain itu, kaedah semula jadi seperti lemon dan arang aktif boleh menyebabkan hakisan enamel jika digunakan secara berlebihan, menjadikan gigi lebih sensitif dan mudah rosak.



KAEDAH PEMUTIHAN GIGI PROFESIONAL

Bagi mereka yang inginkan hasil lebih cepat dan tahan lama, pemutihan gigi secara profesional boleh dilakukan di klinik pergigian. Antara kaedah yang popular termasuk:

- **Pemutihan Gigi Laser:** Menggunakan cahaya laser untuk mengaktifkan gel pemutih pada gigi, mempercepatkan proses pemutihan.
- **Gel Pemutih di Bawah Pengawasan Doktor Gigi:** Menggunakan gel pemutih yang lebih kuat berbanding produk di rumah, tetapi dilakukan dengan kawalan ketat bagi memastikan keselamatan dan keberkesanan.

Rawatan profesional ini lebih selamat kerana dilakukan di bawah pengawasan pakar. Namun, ia mungkin memerlukan beberapa sesi rawatan dan kosnya lebih tinggi berbanding kaedah di rumah.

RISIKO DAN KESELAMATAN PEMUTIHAN GIGI

Walaupun pemutihan gigi adalah kaedah yang popular, ia harus dilakukan dengan berhati-hati. Terdapat beberapa risiko yang perlu dipertimbangkan:

- **Sensitiviti Gigi:** Penggunaan bahan pemutih boleh menyebabkan sensitiviti sementara pada gigi.
- **Kerengsaan Gusi:** Jika gel pemutih terkena gusi, ia boleh menyebabkan kerengsaan dan ketidakselesaan.
- **Penipisan Enamel:** Penggunaan bahan kimia secara berlebihan boleh menipiskan enamel dan menyebabkan gigi lebih mudah rosak.

Kaedah semula jadi yang menggunakan bahan berasid seperti lemon juga boleh mempercepatkan hakisan enamel, menjadikan gigi lebih rapuh dan sensitif terhadap suhu panas atau sejuk.

Untuk mengurangkan risiko ini, adalah disarankan agar mendapatkan nasihat daripada doktor gigi sebelum memulakan sebarang rawatan pemutihan.

PETUA DAN AMALAN UNTUK MENGEKALKAN GIGI PUTIH



Selepas menjalani rawatan pemutihan, penting untuk menjaga gigi agar hasilnya kekal lebih lama. Berikut adalah beberapa amalan yang boleh membantu:

- Berus gigi dua kali sehari menggunakan ubat gigi berfluorida.
- Kurangkan pengambilan makanan dan minuman berwarna gelap seperti kopi, teh, dan wain merah.
- Berkumur dengan air selepas makan atau minum untuk mengurangkan risiko noda melekat pada gigi.
- Gunakan flos gigi setiap hari untuk membersihkan celah gigi yang sukar dicapai dengan berus gigi.

Jika kehilangan gigi menjadi masalah, rawatan seperti pemasangan gigi palsu boleh dipertimbangkan bagi mengekalkan estetika dan fungsi gigi.



KESIMPULANNYA

Pemutihan gigi boleh meningkatkan penampilan dan keyakinan diri, tetapi penting untuk memilih kaedah yang selamat dan sesuai dengan keadaan gigi anda. Kaedah profesional lebih terjamin keselamatannya, manakala kaedah di rumah boleh digunakan dengan berhati-hati. Penggunaan kaedah semula jadi seperti lemon dan arang aktif perlu dielakkan kerana boleh merosakkan enamel dalam jangka masa panjang. Dengan penjagaan yang betul dan mendapatkan nasihat profesional, anda boleh menikmati senyuman yang lebih cerah dan sihat dalam jangka masa panjang.

Jika anda berminat untuk mendapatkan rawatan pemutihan gigi secara profesional, buatlah temujanji dengan doktor gigi anda hari ini untuk mendapatkan konsultasi dan rawatan yang terbaik sesuai dengan keperluan anda.

Kesan Gigi Berlubang terhadap Kesihatan

OLEH DR SASCHA AUDRA NG BANSING, DR NUR SHAHEERAH BINTI RASAMIN,
DR EMILY TAN HUI-PING, DR MIMI ELILIAN HEE, DR MELISSA BINTI MOHAMMAD,
DR AFIQAH BINTI AZLI FITRI



Gigi berlubang dan kerosakan gigi merupakan masalah pergigian yang sering dihadapi oleh masyarakat. Masalah ini berpunca daripada tabiat pemakanan yang tinggi gula, penjagaan mulut yang tidak mencukupi, serta kurangnya kesedaran tentang kepentingan pemeriksaan pergigian berkala. Jika tidak dirawat, gigi berlubang boleh menyebabkan pelbagai kesan buruk terhadap kesihatan secara keseluruhan.

1

Jangkitan Bakteria dan Penyakit Gusi

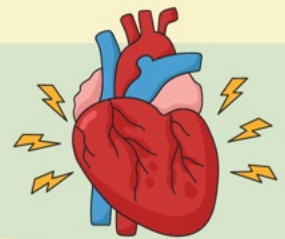


Gigi yang berlubang disebabkan oleh bakteria yang menghasilkan asid, yang akhirnya melemahkan struktur gigi dan menyebabkan kerosakan. Jika tidak dirawat, bakteria ini boleh merebak ke gusi dan menyebabkan penyakit gusi seperti gingivitis dan periodontitis. Penyakit ini boleh mengakibatkan kehilangan gigi dan mempengaruhi struktur tulang rahang.

2

Risiko Penyakit Jantung

Kajian menunjukkan bahawa jangkitan pada gusi dan gigi boleh meningkatkan risiko penyakit jantung. Bakteria dari mulut boleh memasuki aliran darah dan menyebabkan keradangan pada saluran darah, yang berpotensi membawa kepada aterosklerosis (pengerasan arteri) dan meningkatkan risiko serangan jantung atau strok.



3

Kesan terhadap Diabetes



Individu yang menghidap diabetes lebih mudah mengalami jangkitan mulut kerana kadar gula dalam darah yang tinggi membantu pertumbuhan bakteria. Sebaliknya, penyakit gusi yang teruk juga boleh menyukarkan kawalan gula dalam darah, menjadikan keadaan pesakit diabetes semakin teruk.

4

Masalah Pernafasan

Bakteria dari mulut boleh masuk ke dalam paru-paru melalui saluran pernafasan dan menyebabkan jangkitan seperti pneumonia atau memperburuk penyakit paru-paru kronik.



5

Masalah Nutrisi dan Penghadaman



Gigi yang rosak dan berlubang menyukarkan proses mengunyah makanan, yang boleh menyebabkan masalah pencernaan serta kekurangan zat makanan, terutamanya dalam kalangan kanak-kanak dan warga emas.

Karies gigi bukan sekadar masalah pergigian, tetapi ia boleh menjejaskan kesihatan seluruh badan. Oleh itu, penjagaan gigi yang baik, termasuk memberus gigi dua kali sehari, mengurangkan pengambilan gula, dan menjalani pemeriksaan pergigian berkala, adalah penting untuk memastikan kesihatan badan yang menyeluruh.

Sumber: Sanz, M., et al. (2020). Periodontitis and Cardiovascular Diseases. Journal of Clinical Periodontology. Scannapieco, F. A., et al. (2003). Role of oral bacteria in respiratory infection. Journal of Periodontology.

RAWATAN SALUR AKAR GIGI

Oleh Dr Sascha Audra Ng Bansing, Dr Nur Shaheerah Binti Rasamin, Dr Emily Tan Hui-Ping,
Dr Mimiellilian Hee, Dr Melissa Binti Mohammad, Dr Afiqah Binti Azli Fitri

Pengenalan

Rawatan salur akar gigi, atau lebih dikenali sebagai root canal treatment (RCT), adalah prosedur pergigian yang digunakan untuk merawat jangkitan atau kerosakan pada salur akar gigi. Proses ini bertujuan untuk menyelamatkan gigi yang terjejas dan mengelakkan pencabutan gigi.

Mengapa Rawatan Salur Akar Diperlukan?

Salur akar gigi mengandungi saraf, saluran darah, dan tisu lembut (pulp). Apabila gigi mengalami kerosakan yang teruk dan jangkitan bakteria, tisu pulpa di dalam salur akar boleh menjadi keradangan, dan seterusnya kematian tisu pulpa. Ia disebabkan oleh jangkitan akibat daripada:

- Kerosakan gigi yang teruk akibat daripada kemalangan atau kecederaan.
- Gigi berlubang yang tidak dirawat yang masuk hingga ke lapisan dalam gigi.
- Gigi yang retak atau pecah.

Sekiranya jangkitan ini tidak dirawat, ia boleh menyebabkan gigi bernanah yang amat menyakitkan. Oleh itu, rawatan salur akar gigi diperlukan untuk membersihkan jangkitan dan mengelakkan kehilangan gigi.

Langkah-Langkah Dalam Proses Rawatan Salur Akar Gigi



1. Penilaian dan X-ray
2. Pemberian bius setempat
3. Pembuangan tisu pulpa gigi yang telah mati
4. Pensterilan salur akar
5. Pengisian salur akar dengan Gutta Percha
6. Penutupan dan pemulihan

Kebaikan Rawatan Salur Akar

- **Menyelamatkan gigi:** Rawatan ini membantu menyelamatkan gigi yang mungkin perlu dicabut jika tidak dirawat.
- **Menghilangkan kesakitan:** Rawatan ini membantu melegakan kesakitan yang disebabkan oleh jangkitan atau keradangan dalam gigi.
- **Mencegah jangkitan lanjut:** Dengan membersihkan salur akar, rawatan ini menghalang penyebaran bakteria ke bahagian tubuh yang lain.

Risiko Dan Kesan Sampingan

- **Kesakitan selepas rawatan:** Sesetengah pesakit mungkin mengalami sedikit kesakitan atau ketidakselesaan selepas prosedur, namun ia biasanya hilang dalam beberapa hari.
- **Jangkitan semula:** Walaupun jarang, jangkitan boleh berlaku semula jika salur akar tidak diisi dengan sempurna atau gigi terdedah kepada bakteria.
- **Kerosakan struktur gigi:** Gigi yang menjalani rawatan salur akar mungkin menjadi lebih rapuh dan mudah pecah, oleh itu penggunaan mahkota untuk melindunginya adalah disyorkan.

KESAN KEHILANGAN GIGI TERHADAP KESIHATAN DAN KUALITI HIDUP

Oleh Dr Sascha Audra Ng Bansing, Dr Nur Shaheerah Binti Rasamin, Dr Emily Tan Hui-Ping,
Dr Mimiellilian Hee, Dr Melissa Binti Mohammad, Dr Afiqah Binti Azli Fitri

Kehilangan gigi bukan sahaja menjejaskan fungsi pengunyahan tetapi juga memberi kesan besar terhadap estetika, kesihatan mulut, dan kualiti hidup seseorang.

1

Dari segi fizikal, kehilangan gigi boleh menyebabkan **perubahan dalam struktur muka**, termasuk pengecutan batas tulang alveolar dan hilangnya sokongan bibir, yang membawa kepada penurunan ketinggian muka. Ini menyebabkan wajah kelihatan lebih tua dan mempengaruhi keyakinan diri seseorang.



2

Selain itu, kehilangan gigi juga boleh memberi **kesan terhadap fungsi pengunyahan**, yang seterusnya menjejaskan pemakanan dan kesihatan keseluruhan. Tanpa gigi yang mencukupi, seseorang mungkin menghadapi kesukaran mengunyah makanan dengan betul, yang boleh membawa kekurangan zat makanan.



3

Kehilangan gigi hadapan juga boleh menyebabkan **kesukaran dalam pertuturan**, memberi kesan kepada komunikasi sosial dan kualiti hidup individu. Boleh membawa kepada stigma sosial dan kesan psikologi seperti kemurungan



Bagi mengatasi kesan ini, penggunaan dentur separa boleh tanggal atau implant pergigian merupakan antara pilihan rawatan yang dapat membantu memperbaiki estetika serta fungsi gigi. Walau bagaimanapun, kesedaran mengenai penjagaan prostesis gigi masih perlu dipertingkatkan bagi memastikan ia digunakan secara efektif dan selesa. Oleh itu, **pemeriksaan pergigian berkala amat disarankan bagi mengekalkan kesihatan mulut dan mencegah kehilangan gigi yang lebih serius.**

KORONA & JAMBATAN GIGI

PEMULIHAN GIGI YANG ROSAK DAN HILANG

Oleh Dr Sascha Audra Ng Barsing, Dr Nur Shaheerah Binti Rasamin, Dr Emily Tan Hui-Ping,
Dr Mimiellian Hee, Dr Melissa Binti Mohammad, Dr Afiqah Binti Azli Fitri

Kerosakan atau kehilangan gigi boleh menjejaskan kesihatan mulut dan kehidupan seharian. Selain masalah penampilan, ia juga boleh menyukarkan proses kunyahan. Korona gigi dan jambatan gigi adalah dua kaedah yang digunakan untuk membaiki gigi yang rosak atau hilang. Tujuannya adalah untuk mengembalikan fungsi dan penampilan gigi. Artikel ini akan menerangkan secara ringkas tentang cara dan manfaat kedua-dua prosedur ini.



KORONA GIGI

Korona gigi adalah satu struktur yang direka untuk menutupi keseluruhan gigi yang rosak atau lemah. Ia berfungsi untuk memberikan perlindungan tambahan kepada gigi yang telah terdedah kepada kerosakan teruk, sama ada akibat karies (karies gigi), trauma fizikal, atau rawatan pergigian sebelumnya yang merosakkan struktur asal gigi. Korona diperbuat daripada pelbagai bahan, antaranya porselin, logam, atau gabungan kedua-duanya, dan biasanya direka untuk menyerupai gigi asli dari segi bentuk, saiz, dan warna.

Manfaat Korona Gigi

- **Perlindungan Maksimum:** Korona memberikan perlindungan yang diperlukan untuk gigi yang rosak daripada kerosakan lebih lanjut dan pembentukan karies.
- **Estetik yang Tinggi:** Korona porselin boleh menyerupai warna dan tekstur gigi asli, memberikan hasil yang semula jadi dan estetik.
- **Pemulihan Fungsi Kunyahan:** Korona memungkinkan pesakit untuk mengembalikan fungsi kunyahan yang hilang akibat kerosakan gigi.

Jenis Bahan Korona

- **Porselin:** Bahan porselin memberikan hasil yang sangat semula jadi kerana warnanya hampir serupa dengan gigi asli. Ia juga tahan lama dan kuat, menjadikannya pilihan popular untuk gigi hadapan.
- **Logam:** Korona logam sangat tahan lasak dan sesuai untuk gigi belakang yang terdedah kepada tekanan tinggi semasa proses kunyahan. Walau bagaimanapun, ia kurang estetik berbanding porselin.
- **Gabungan Porselin dan Logam:** Korona yang menggunakan gabungan kedua-dua bahan ini memberikan kekuatan logam di dalamnya dengan penampilan porselin di luar. Ini adalah pilihan yang baik untuk gigi belakang yang memerlukan kekuatan tambahan.

Mengapa Korona Gigi Diperlukan?

Gigi yang terjejas teruk akibat karies (gigi berlubang), trauma, atau rawatan pergigian terdahulu mungkin tidak dapat berfungsi dengan baik tanpa perlindungan tambahan. Korona memberikan perlindungan yang diperlukan untuk mengelakkan kerosakan lebih lanjut.

- **Gigi yang Dirawat Saluran Akar**
Selepas rawatan saluran akar, gigi sering menjadi lebih lemah dan terdedah kepada kerosakan. Korona membantu memperkuat gigi tersebut dan melindunginya daripada risiko patah atau retak.
- **Trauma**
Sekiranya gigi patah akibat kecederaan atau kemalangan, korona digunakan untuk mengembalikan bentuk asal gigi dan melindungi struktur gigi yang tinggal.
- **Estetik**
Korona juga digunakan untuk tujuan estetik bagi memperbaiki penampilan gigi, terutamanya gigi hadapan yang rosak atau berwarna kekuningan.

KORONA & JAMBATAN GIGI

PEMULIHAN GIGI YANG ROSAK DAN HILANG



JAMBATAN GIGI

Jambatan gigi adalah struktur pergigian yang digunakan untuk menggantikan satu atau lebih gigi yang hilang. Jambatan ini disambungkan antara dua gigi yang sihat di sebelah ruang kosong yang ditinggalkan oleh gigi yang hilang. Jambatan berfungsi untuk mengembalikan fungsi kunyahan, penampilan estetik, dan kesihatan mulut secara keseluruhan. Ia memberikan penyelesaian untuk menggantikan gigi yang hilang tanpa memerlukan prosedur pembedahan yang rumit.

Mengapa Jambatan Gigi Diperlukan?

Jambatan gigi diperlukan apabila seseorang kehilangan satu atau lebih gigi, terutama jika ruang kosong tersebut boleh mempengaruhi fungsi kunyahan atau menyebabkan perubahan dalam struktur mulut. Kehilangan gigi juga boleh menyebabkan pergeseran gigi yang masih ada, yang boleh mengganggu penjajaran gigi dan menyebabkan masalah lain. Oleh itu, jambatan gigi digunakan untuk mengekalkan keseimbangan dan memastikan gigi yang masih ada tidak bergerak.

Manfaat Jambatan Gigi

- **Menggantikan Gigi yang Hilang**
Jambatan gigi berfungsi untuk menggantikan gigi yang hilang, mengembalikan fungsi kunyahan dan penampilan senyuman.
- **Meningkatkan Penampilan**
Jambatan, terutamanya yang diperbuat daripada porselin, memberikan hasil yang semula jadi dan menyerupai gigi asli dari segi warna dan bentuk.
- **Menjaga Struktur Mulut**
Kehilangan gigi boleh menyebabkan gigi yang tinggal bergerak, menyebabkan perubahan pada penjajaran mulut. Jambatan membantu mencegah masalah ini dan mengekalkan keseimbangan mulut.
- **Prosedur yang Tidak Invasif**
Berbanding dengan implan pergigian, pemasangan jambatan gigi adalah prosedur yang kurang invasif dan memerlukan masa pemulihan yang lebih singkat.

Bagaimana Jambatan Gigi Berfungsi?

Jambatan gigi bekerja dengan menyambungkan gigi tiruan (palsu) pada gigi asli di sebelah ruang kosong. Gigi tiruan tersebut dipanggil "pontik", dan gigi yang menyokong jambatan ini dikenali sebagai "abutment". Abutment biasanya memerlukan persediaan khusus agar ia cukup kuat untuk menampung jambatan tersebut.

Secara ringkasnya, jambatan gigi digunakan untuk menggantikan gigi yang hilang dan berfungsi seperti gigi asli. Jambatan ini membantu menyelesaikan masalah yang timbul akibat kehilangan gigi, seperti masalah dalam mengunyah makanan atau perubahan dalam penjajaran gigi.



Jom ikut kami di Facebook dengan mengimbas kod QR di bawah dan dapat maklumat pergigian daerah kamu yang terkini!



**Pejabat Kesihatan Pergigian
Kawasan Keningau**



Klinik Pergigian Keningau



Klinik Pergigian Nabawan



Klinik Pergigian Tenom



Klinik Pergigian Tambunan

Jom baca e-buletin terkini!

Layari laman web baru kami di
<https://ebuletintptjkeningau.wixsite.com/e-buletin-pergigian>



Imbas kod QR di atas
untuk melayari
laman web kami

e-Buletin Pejabat Kesihatan Pergigian Kawasan Keningau

Home Koleksi Hubungi Kami

Informasi Kesihatan Pergigian

PKPK Keningau



Jom baca edisi terkini!

Baca sekarang

Koleksi

e-Buletin
PTJ PKPK
Keningau





eBULETIN JAN-MAC 2025

DITERBITKAN OLEH:

Pejabat Kesihatan Pergigian Kawasan Keningau,
Peti Surat 1451, 89009 Keningau, Sabah, Malaysia

EMEL:

pkpk.keningau@moh.gov.my