



# GINGIVITIS

## Overview

Gingivitis is an inflammatory condition of the gums and soft tissue that surrounds the teeth. Poor oral hygiene is a major factor in gingivitis, causing the buildup of dental plaque between and on the surface of the teeth. The accumulation of plaque that has accumulated then hardens through the mineralization process to become hard tartar. The appearance of gingivitis is reddish, swollen and bleeding gums.

### Risk Factor

- Poor oral and dental hygiene
- Vitamin C deficiency
- Hormonal changes
- Consuming certain medications
- Unfit dental prosthetic
- Age

### Education and Prevention Efforts

- Regularly brush your teeth at least twice a day
- Keep your teeth and gums clean using dental floss or mouthwash
- Protect yourself from risk factors for gingivitis
- Visit the dentist regularly
- Take vitamin C supplements if necessary

## Treatment & Management

- In the early stages, gingivitis can be cured by brushing your teeth regularly and cleaning between your teeth periodically using dental floss to reduce the accumulation of plaque and tartar.
- Tartar cleaning by a dentist with scaling and root planning
- Changing the type of medication if the cause of gingivitis is due to consumption of certain medications

## Pengertian Gingivitis

---

Gingivitis alias radang gusi adalah kondisi yang terjadi karena ada peradangan pada gusi yang ditandai dengan bengkak serta kemerahan pada gusi di sekitar pangkal gigi. Kondisi ini bisa muncul karena menumpuknya sisa makanan di gigi dan gusi. Sisa makanan yang menumpuk kemudian mengeras dan berubah menjadi plak. Kondisi ini tidak boleh dianggap sepele begitu saja. Gingivitis yang tidak ditangani dengan tepat bisa meningkatkan risiko kerusakan gigi dan gusi lebih lanjut. Kondisi ini bisa berkembang menjadi periodontitis, yaitu infeksi serius yang bisa berdampak fatal. Periodontitis bisa merusak gigi dan tulang di sekitar gusi yang meradang serta dapat menyebabkan gigi mudah tanggal.

## Penyebab Gingivitis

---

Gingivitis disebabkan oleh penumpukan sisa makanan di gigi yang kemudian berubah menjadi plak. Plak terbentuk saat sisa makanan yang menumpuk bercampur dengan bakteri yang ada di dalam tubuh. Jika diabaikan dan tidak dibersihkan, plak akan mengeras dan membentuk karang gigi. Semakin lama, karang gigi yang terbentuk bisa menjadi habitat bakteri untuk berkembang biak. Jika dibiarkan begitu saja, kuman yang terus berkembang biak akan mengikis gusi serta menyebabkan peradangan pada gusi. Ada beberapa faktor yang bisa meningkatkan risiko penyakit yang bisa dialami oleh siapa saja ini, antara lain:

- Tidak menjaga kesehatan mulut dan gigi.
- Malas menyikat gigi.
- Ada riwayat gingivitis di dalam keluarga.
- Berusia lanjut.
- Pemakaian gigi palsu yang kurang sesuai.
- Kekurangan nutrisi, termasuk vitamin C.
- Kebiasaan merokok.
- Infeksi virus atau jamur.
- Mulut kering.
- Konsumsi obat-obatan tertentu.
- Riwayat penyakit, seperti diabetes, leukemia, atau HIV/AIDS.

## Gejala Radang Gusi

Kabar buruknya, pengidap kondisi ini seringkali tidak menyadari terjadinya peradangan. Sebab, gingivitis seringkali muncul tanpa gejala sama sekali. Radang gusi bisa memicu gejala, seperti gusi bengkak dan sakit, gusi mudah berdarah, warna gusi kemerahan, bau napas tidak sedap, nyeri saat mengunyah makanan, nanah di antara gigi dan gusi, serta gusi menyusut. Kondisi ini juga bisa menyebabkan gigi mudah tanggal atau copot.

## Pengobatan Gingivitis

---

Pengobatan perlu segera dilakukan untuk meredakan gejala dan mencegah risiko terjadinya komplikasi. Hal ini juga bisa membantu menghindari kerusakan gigi dan gusi menjadi semakin parah. Ada beberapa metode pengobatan gingivitis yang bisa dilakukan, antara lain:

- *Scaling* alias pembersihan karang gigi.
- Penambalan atau mengganti gigi yang rusak.

Selain pengobatan, perawatan yang tepat juga harus dilakukan untuk membantu pemulihan serta mencegah radang gusi berulang. Untuk itu, biasakan selalu menyikat gigi setiap hari, setidaknya 2 kali sehari.

Gunakan sikat gigi yang lembut dan rajinlah mengganti sikat gigi setidaknya 4 bulan sekali. Bersihkan gigi setiap selesai makan dan sebelum tidur di malam hari.

## Komplikasi Gingivitis

---

Jika pengobatan tidak dilakukan dengan tepat dan cepat, radang gusi bisa memicu terjadinya berbagai komplikasi. Salah satunya adalah periodontitis yang merupakan infeksi gusi parah. Infeksi ini bisa menyebar hingga ke jaringan lunak serta tulang penyangga gigi.

Kondisi ini juga bisa menyebabkan gangguan pada organ tubuh lain, termasuk jantung dan paru-paru. Sebab, bakteri penyebab periodontitis bisa masuk ke dalam aliran darah melalui jaringan gusi.

## Kapan Harus ke Dokter Gigi?

---

Untuk mencegah gingivitis maupun komplikasinya, lakukanlah pemeriksaan rutin ke dokter gigi. Disarankan untuk pergi ke dokter gigi setiap 6 bulan sekali. Namun, jika muncul gangguan pada kesehatan gigi, sebaiknya segera lakukan pemeriksaan agar terhindar dari risiko munculnya komplikasi.