

Penjagaan oral warga emas

MENURU Meera, boleh dikatakan rawatan pergigian am dan geriatrik adalah sama. Cuma yang membezakannya ialah pendekatan yang digunakan. Pendekatan yang dimaksudkan adalah dari sudut diagnostik dan pelan rawatan.

"Secara ringkasnya, rawatan geriatrik berfokuskan kepada pesakit dan bukan rawatan semata-mata.

"Tiada prosedur operasi standard yang tetap dan ia akan disesuaikan untuk pesakit berdasarkan keperluan fizikal dan psikologi mereka," katanya.

Apakah menarik perhatian tentang Meera ialah dedikasi dan keprahitarian beliau terhadap kesihatan oral dan pergigian dalam golongan individu berumur.

Meera menceritakan pengalamannya ketika merawat pesakit Alzheimer. Katanya, beliau dan stafnya selesa merawat pesakit Alzheimer kerana mereka sudah faham dan tahu pendekatan yang perlu digunakan dalam rawatan.

Beliau menegaskan, untuk membantu menyelesaikan masalah pergigian pesakit tersebut, mereka perlu bersabar dengan keadaan fizikal dan mental pesakit.

"Oleh kerana mereka takut dengan persekitaran asing, langkah pertama dalam rawatan ialah cuba mendekati hati dan jiwa mereka. Selepas mereka sudah selesa, baru kami boleh mulakan pemeriksaan dan rawatan yang diperlukan.

"Kami juga perlu pakai baju yang sama setiap kali tiba temu janji pesakit tersebut supaya dia selesa dan tidak rasa seperti dalam persekitaran yang asing. Ia sudah menjadi tanggungjawab kami untuk memberi rawatan dari sudut kesihatan gigi, mental dan juga emosi pesakit," jelasnya.

Tambahnya lagi, merawat dan menjaga pesakit berumur boleh menjadi rumit. Selain memerlukan kesabaran yang sangat tinggi, mereka juga perlu melakukan pelbagai persiapan rapi dan bersifat empati terhadap pesakit.

Sesetengah klinik gigi am

tidak mempunyai kelengkapan untuk merawat pesakit yang mungkin memerlukan kelengkapan khas seperti bilik menunggu mesra pejalanan kaki dan kerusi roda, bilik rawatan serta kemudahan lain.

Bermula daripada kesejahteraan fizikal kepada kesimbangan mental dan emosi, kesihatan kita merangkumi pelbagai dimensi. Setiap satu daripadanya memerlukan perhatian dan asuhan sejak kecil.

Namun begitu, tidak semua orang betul-betul mengambil serius tentang kesihatan oral. Seperti yang dikatakan pakar pergigian dari Thrive Dental, Dr. Meera Asokan, *oral health is overall health*.

"Kami juga akan mengajar penjaga atau ahli keluarga apa yang mereka perlu lakukan bagi membantu pesakit. Perjagaan oral yang buruk akan memberi kesan negatif kepada kesihatan secara menyeluruh.

"Kesihatan mulut yang buruk boleh memberi kesan domino pada kesihatan keseluruhan. Ia menjekas struktur wajah dan menyukarkan anda untuk mengunyah.

"Apabila sukar untuk mengunyah, ia akan menyebabkan pengambilan nutrisi yang tidak mencukupi. Keadaan ini akan menjadikan kualiti hidup secara keseluruhan.

"Jika didiagnosis lebih awal, rawatan pergigian boleh menjadi mudah dan murah. Semakin lama diabaikan, semakin mahal harganya rawatan untuk membawa segala kesakitan," ujar Meera.

Kebanyakan pesakitnya di Thrive Dental ialah golongan geriatrik. Jadi, beliau sudah melihat dan

DR. MEERA ASOKAN

- » Berkelulusan ijazah Sarjana Muda Pembedahan Pergigian dari Rajiv Gandhi University of Health Sciences, India pada tahun 2011.
- » Berkhidmat dalam penjagaan kesihatan awam dari 2011 - 2019
- » Fokus bidang dalam Pergigian Penjagaan Khas
- » Bekas Ketua Pergigian Penjagaan Khas di Hospital Rehabilitasi Cheras dari 2017-2019



Jaga gigi untuk jaga diri



THRIVE Dental menawarkan rawatan pergigian geriatrik.

merawat banyak masalah kesihatan oral dalam kalangan dewasa berumur disebabkan pelbagai faktor.

Apakah yang dimaksudkan dengan pergigian geriatrik?

Pergigian geriatrik ialah subkepkakan pergigian penjagaan khas yang hanya memfokuskan kepada warga emas. Warga emas yang dimaksudkan pula bukan sekadar berumur dan lemah tetapi terbahagi kepada tiga kategori lain iaitu:

• Warga emas yang sihat dan aktif

Golongan ini boleh dikatakan menua dengan sihat. Jadi mereka hanya diberi tumpuan

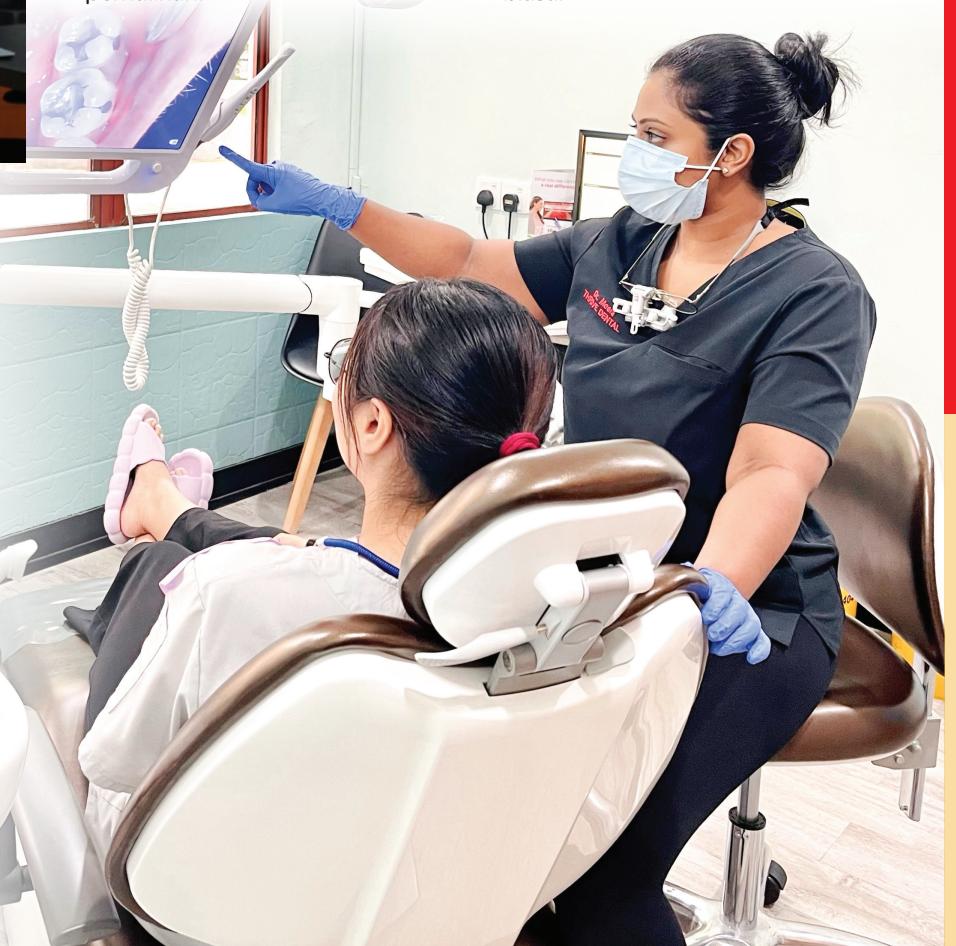
untuk meningkatkan kesedaran, pencegahan dan penyelenggaran.

Kedua-dua kesihatan oral golongan ini juga sesuai untuk rawatan estetik seperti pemutihan gigi, pendakap gigi dan veneer kerana gigi mereka yang kurang bermasalah.

Kata Meera, selagi jasad sihat dan kuat kudrat, anda tidaklah terlalu tua untuk mencantikkan gigi.

• Warga emas yang mempunyai latar belakang kronik

Mereka mungkin tidak memerlukan bantuan untuk melakukan aktiviti kehidupan



Oleh NUR UMI FATEHAH MOHD. KAMAL
relevan@mediamulia.com.my



• Warga emas yang keadaan fizikalnya terjejas

Golongan ini perlu diberi tumpuan kepada pengurusan kesihatan dan pencegahan sebarang kemasukan ke hospital akibat jangkitan gigi.

Hal ini kerana sektor perkhidmatan kesihatan di Malaysia sudah keletihan. Mereka tidak seharusnya dibebani dengan kecemasan pergigian.

Walaupun penjagaan pergigian untuk pesakit geriatrik boleh disediakan oleh doktor pergigian am, adalah lebih baik sekiranya mereka dirawat oleh pakar pergigian yang terlatih dalam bidang ini. Mereka juga akan dirawat dengan mengambil kira sensitiviti, tingkah laku tidak menentu dan persekitaran yang lebih inklusif.

Doktor geriatrik juga menitikberatkan peranan penjagaan dan kerjasama dengan ahli keluarga. Disebabkan sesetengah pesakit tidak mampu untuk bangun ke tandas apatah lagi memegang berus gigi, penting untuk ahli keluarga lain memainkan peranan dengan betul.

Sejurusnya, jarang-jarang kita dengar tentang klinik pergigian yang menumpukan penjagaan kesihatan oral dalam kalangan warga emas. Mungkin ada lagi beberapa klinik lain yang menawarkan perkhidmatan dalam bidang ini tetapi ia tidaklah sebanyak klinik gigi biasa.

Mengamalkan tabiat membersihkan gigi yang baik setiap hari

BERUS gigi dua kali sehari menggunakan berus gigi yang lembut. Sesetengah orang gemar membersihkan gigi menggunakan berus yang keras. Ia mungkin akan membersihkan gigi dengan lebih baik tetapi ia juga akan melukakan gusi.

Selain itu, gunakan flos dan berus lidah setiap hari. Seeloknya, dapatkan berus lidah kerana pencuci lidah di bahagian belakang berus gigi tidak cukup untuk membersihkan lidah dengan teliti.

Jangan gunakan pencungkil gigi untuk mengeluarkan makanan yang tersekat. Ini boleh menyebabkan lebih banyak kerosakan pada gusi dan gigi.

Sebaliknya, gunakan flos atau berus gigi interdental.

Gunakan ubat gigi berfluorida

SEPERTI yang kita tahu, terdapat pelbagai jenis ubat gigi di pasaran. Anda disarankan untuk menggunakan berus gigi berfluorida. Elakkan juga penggunaan ubat gigi yang mengandungi arang kerana ia akan menghakis dan merosakkan enamel gigi.

Petua menjaga kesihatan mulut di rumah

Lakukan pemeriksaan gigi setiap enam bulan

ORANG ramai disarankan untuk melawat doktor gigi dan lakukan pemeriksaan berkala setiap enam bulan. Kebiasaannya, doktor gigi akan membersihkan karang gigi dan lakukan apa-apa rawatan lain sekiranya diperlukan.

Hal ini kerana memberus gigi sahaja tidak cukup. Mungkin masih ada sisa-sisa makanan di celah gigi yang anda tidak nampak.



Pemeriksaan pemakaian gigi palsu

MERAKA yang memakai gigi palsu juga perlu mendapatkan pemeriksaan kerana gigi palsu perlu ditukar selepas beberapa ketika.

Jika tidak, gigi palsu tersebut akan longgar dan berpotensi untuk mencederakan tisu di bahagian mulut.