ਦੰਦਾਂ ਦਾ ਪਰੀਖਣ – ਇਹ 'ਜਾਂਚ' ਤੋਂ ਵਧ ਕੇ ਹੈ

ਦੰਦਾਂ ਦੀ ਚੰਗੀ ਸਿਹਤ ਦਾ ਆਧਾਰ

ਦੰਦਾਂ ਦਾ ਪਰੀਖਣ ਅਤੇ ਰੋਗ ਦੀ ਪਛਾਣ ਮੂੰਹ ਦੀ ਸਿਹਤ ਦਾ ਆਧਾਰ ਹਨ। ਤੁਹਾਡਾ ਡੈਂਟਿਸਟ ਮੂੰਹ ਦੀ ਸਿਹਤ ਸੰਬੰਧੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿ ਬਿਮਾਰੀ ਨੂੰ ਵਧਣ ਤੋਂ ਰੋਕਿਆ ਜਾ ਸਕੇ।

ਤੁਹਾਡੀ ਸਮੁੱਚੀ ਸਿਹਤ ਵਾਂਗ, ਰੋਕਥਾਮ ਅਤੇ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਬਾਰੇ ਛੇਤੀ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣਾ ਦੰਦਾਂ ਦੀ ਚੰਗੀ ਸਿਹਤ ਦਾ ਧੁਰਾ ਹਨ। ਦੰਦਾਂ ਨੂੰ ਬਾਕਾਇਦਾ ਬੁਰਸ਼ ਅਤੇ ਫ਼ਲੌਸ ਕਰਨਾ, ਚੰਗਾ ਪੋਸ਼ਣ ਅਤੇ ਸਿਗਰਟ ਨਾ ਪੀਣਾ, ਇਹ ਸਾਰੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੰਦਾਂ ਵਿੱਚ ਮੋਰੀਆਂ (ਕੈਵਿਟੀਜ਼), ਮਸੂੜ੍ਹਿਆਂ ਅਤੇ ਮੂੰਹ ਦੇ ਹੋਰ ਰੋਗਾਂ ਦੇ ਖ਼ਤਰਿਆਂ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਵਿੱਚ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਨਕਲੀ ਦੰਦ (ਡੈਂਚਰਜ਼) ਹੀ ਕਿਉਂ ਨਾ ਲਗਾਉਂਦੇ ਹੋਵੋ, ਫ਼ਿਰ ਵੀ ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਬਾਕਾਇਦਾ ਪਰੀਖਣ ਦੀ ਬਰਾਬਰ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਨਾਲ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦੇ ਵਧੇਰੇ ਗੁੰਝਲਦਾਰ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਲਗਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

"ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਰੋਗਾਂ ਦੇ ਲੱਛਣ ਉਦੋਂ ਤਕ ਸਾਹਮਣੇ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੇ ਜਦੋਂ ਤਕ ਕਿ ਬਿਮਾਰੀ ਵਧ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦੀ," ਡਾ. ਬਰੂਸ ਵਾਰਡ ਨੇ ਕਿਹਾ, ਜੋ ਕਿ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਡੈਂਟਲ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਦੇ ਬੁਲਾਰੇ ਹਨ। "ਜਦੋਂ ਤਕ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਦਰਦ ਜਾਂ ਸੋਜਸ਼ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਉਦੋਂ ਤਕ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦਾ ਕਿ ਕੋਈ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ। ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਰੋਗ ਹੋਰਨਾ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਵੱਖਰੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਰੋਗ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੀ ਪਹਿਲਾਂ ਵਾਲੀ ਸਥਿਤੀ ਨੂੰ ਵਾਪਿਸ ਨਹੀਂ ਲਿਆਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਇਸ ਲਈ ਰੋਗ ਦੀ ਛੇਤੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨੀ ਅਹਿਮ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿ ਚਲਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਜਾਂ ਸਿਹਤ ਉੱਪਰ ਪੈਣ ਵਾਲੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕੇ।"

ਇਹ ਜਾਣ ਕੇ ਕਿ ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਪਰੀਖਣ ਸਮੇਂ ਡੈਂਟਿਸਟ ਕਿਹੜੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਦੰਦਾਂ ਵਿੱਚ ਹੋਏ ਰੋਗ ਦੀ ਪਛਾਣ ਬਾਰੇ ਡੈਂਟਿਸਟ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰ ਕੇ ਤੁਸੀਂ ਦੰਦਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਸੰਬੰਧੀ ਆਪਣੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਬਾਰੇ ਗਿਆਨਵਾਨ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਹਰ ਮਰੀਜ਼ ਵੱਖਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਮੂੰਹ ਦੀ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਸਮੁੱਚੀ ਸਿਹਤ, ਜੀਵਨ-ਸ਼ੈਲੀ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਅਤੇ ਪੇਸ਼ੇਵਰਾਨਾ ਢੰਗ ਨਾਲ ਦੰਦਾਂ ਦੀ ਸਫ਼ਾਈ ਕਰਵਾਏ ਜਾਣ ਦੀ ਵਾਰਵਾਰਤਾ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਪਰੀਖਣ ਦੇ ਖ਼ਾਸ ਹਿੱਸੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਹੋਣਗੇ।

ਇਹ ਸਮਝਣਾ ਵੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਡੈਂਟਲ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਕਵਰੇਜ ਤੁਹਾਡੇ ਕੰਮ-ਮਾਲਕ ਵੱਲੋਂ ਸਾਰੇ ਮੁਲਾਜ਼ਮਾਂ ਲਈ ਖ਼ਰੀਦੇ ਗਏ ਡੈਂਟਲ ਪਲੈਨ ਉੱਪਰ ਅਧਾਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੰਦਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਸੰਬੰਧੀ ਆਪਣੀਆਂ ਵੱਖਰੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਵਾਸਤੇ ਕਵਰੇਜ ਮਿਲੇ ਜਾਂ ਨਾ ਮਿਲੇ। ਆਪਣੇ ਪਲੈਨ ਨੂੰ ਦੇਖੋ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਡੈਂਟਿਸਟ ਨਾਲ ਇਸ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ-ਵਟਾਂਦਰਾ ਕਰੋ ਤਾਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਚੋਣਾਂ ਬਾਰੇ ਸਮਝ ਸਕੋਂ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਲਈ ਉੱਤਮ ਫ਼ੈਸਲਾ ਲੈ ਸਕੋਂ।

ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਪਰੀਖਣ ਸਮੇਂ ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਰੋਗ ਦੇ ਮੁੱਢਲੇ ਸੰਕੇਤਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਅਤੇ ਛੋਟੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਵੱਡੀਆਂ ਹੋਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡਾ ਡੈਂਟਿਸਟ ਤੁਹਾਡੇ ਮੂੰਹ ਦੀਆਂ ਕਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਥਾਵਾਂ ਅਤੇ ਕਈ ਕ੍ਰਿਆਵਾਂ ਦਾ ਮੁਆਇਨਾ ਕਰੇਗਾ।

ਤੁਹਾਡਾ ਡੈਂਟਿਸਟ ਪਰੀਖਣ ਦਾ ਕੁਝ ਹਿੱਸਾ ਡੈਂਟਲ ਟੀਮ ਦੇ ਹੋਰਨਾ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝੇਦਾਰੀ ਵਿੱਚ ਪੂਰਾ ਕਰੇਗਾ ਅਤੇ ਗਿਆਨਵਾਨ ਢੰਗ ਨਾਲ ਰੋਗ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਲਈ ਸਾਰੀ ਲੋੜੀਂਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਇਕੱਤਰ ਕਰੇਗਾ।

ਤੁਹਾਡੇ ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਪਰੀਖਣ ਸਮੇਂ ਤੁਹਾਡਾ ਡੈਂਟਿਸਟ ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਕੁਝ ਜਾਂ ਸਾਰੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਦੇਵੇਗਾ:

- ਮੈਡੀਕਲ ਪਿਛੋਕੜ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਦੰਦਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਜਾਂ ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰ ਸਕਣ ਵਾਲੀਆਂ ਹੋਰ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਜਾਂ ਦਵਾਈਆਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।
- ਰੋਗ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਐਕਸ-ਰੇਜ਼ ਇੱਕ ਵਡਮੁੱਲਾ ਵਸੀਲਾ ਹਨ। ਦੰਦਾਂ ਅਤੇ ਮਸੂੜ੍ਹਿਆਂ ਦੀ ਸਤਹ ਹੇਠਾਂ ਸਥਿਤੀ ਦਾ ਜਾਇਜ਼ਾ ਲੈਣ ਲਈ ਐਕਸ-ਰੇ ਲਏ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- ਮੂੰਹ ਦੀ ਸਵੱਛਤਾ ਤਾਂ ਕਿ ਮਸੂੜ੍ਹਿਆਂ ਅਤੇ ਦੰਦਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਦੰਦਾਂ ਵਿੱਚ ਫਸੀ ਮੈਲ (ਪਲੈਕ ਅਤੇ ਟਾਰਟਰ) ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਲਗਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ।
- ਲਾਲੀ, ਸੋਜਸ਼ ਜਾਂ ਇਨਫ਼ੈਕਸ਼ਨ ਜਿਹੇ ਰੋਗ ਲੱਛਣਾਂ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਮਸੂੜ੍ਹਿਆਂ ਦਾ ਮੁਆਇਨਾ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।
- ਮੂੰਹ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਜਾਂ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲਤਾ ਦੇ ਸੰਕੇਤਾਂ ਲਈ ਬੁੱਲ੍ਹਾਂ, ਜੀਭ, ਗੱਲ੍ਹਾਂ ਅਤੇ ਮੂੰਹ ਦੀ ਉੱਪਰਲੀ ਅਤੇ ਹੇਠਲੀ ਪਰਤਾਂ ਸਮੇਤ ਕੋਮਲ ਟਿਸ਼ੂਆਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਦਾ ਜਾਇਜ਼ਾ ਲੈਣਾ।
- ਨੁਕਸਾਨੇ ਗਏ ਜਾਂ ਸੜੇ ਹੋਏ ਦੰਦਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਨਕਲੀ ਦੰਦਾਂ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਡੈਂਚਰਜ਼) ਦੀ ਹਾਲਤ ਦਾ ਜਾਇਜ਼ਾ ਲੈਣਾ।
- ਦੰਦਾਂ 'ਤੇ ਪਹਿਲਾਂ ਕੀਤੇ ਜਾ ਚੁੱਕੇ ਕੰਮ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਫ਼ਿਲਿੰਗਜ਼, ਰੂਟ ਕਨਾਲ ਅਤੇ ਕ੍ਰਾਊਨਜ਼ ਦਾ ਮੁਆਇਨਾ ਵੀ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।
- ਜਬਾੜ੍ਹੇ ਦੀ ਕ੍ਰਿਆ: ਦੰਦ ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਕਿਵੇਂ ਫ਼ਿੱਟ ਹੋਏ ਹਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪਕੜ। "ਟੈਂਪੋਰੋਮੈਨਡੀਬਿਊਲਰ" ਜੋੜ (ਜਬਾੜ੍ਹੇ ਅਤੇ ਖੋਪੜੀ ਨੂੰ ਜੋੜਨ ਵਾਲਾ ਜੋੜ) ਦੀ ਸਮੁੱਚੀ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਕ੍ਰਿਆਤਮਕਤਾ।
- ਚਿਹਰੇ, ਜਬਾੜ੍ਹੇ ਅਤੇ ਮੂੰਹ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੀਆਂ ਹੱਡੀਆਂ ਦੀ ਆਮ ਹਾਲਤ।
- ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਦੁੱਧ ਦੇ ਦੰਦਾਂ ਅਤੇ ਪੱਕੇ ਦੰਦਾਂ ਦਾ ਆਮ ਵਾਧਾ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ।

ਆਪਣੇ ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਪਰੀਖਣ, ਰੋਗ ਦੀ ਪਛਾਣ ਜਾਂ ਇਲਾਜ ਦੀਆਂ ਚੋਣਾਂ ਬਾਰੇ ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਈ ਸਵਾਲ ਹਨ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡੈਂਟਿਸਟ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰੋ।

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਆਪਣੇ ਡੈਂਟਿਸਟ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰੋ ਜਾਂ yourdentalhealth.ca 'ਤੇ ਜਾਓ।

British Columbia Dental Association
MEMBER OF THE CANADIAN DENTAL ASSOCIATION