

PEMELIHARAAN KESEHATAN GIGI DAN MULUT PADA LANSIA



drg. Riska Amelia Asdi

Siapa LANSIA?

Lansia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas. Usia ini merupakan periode penutup dalam rentang hidup seseorang. Masa ini ditandai dengan adanya perubahan yang bersifat fisik dan psikologis yang semakin menurun.

Proses menua (lansia) adalah proses alami yang disertai adanya penurunan kondisi fisik, psikologis maupun sosial yang saling berinteraksi satu sama lain.

(Sumber: UU No.13 Tahun 1998).



MASALAH GIGI DAN MULUT PADA LANSIA

1. Gigi Berlubang (Karies)



Peluang terjadinya gigi karies akan lebih besar bila gemar mengonsumsi makanan yang manis, apalagi jika tidak ditunjang dengan sikat gigi yang bersih.

Ketika karies sudah membuat gigi rapuh, maka dokter akan menyarankan penumpatan/ penambalan gigi. Jika gigi karies sudah tidak bisa diselamatkan, maka gigi akan dicabut.

Namun perlu diketahui bahwa pencabutan gigi akan meninggalkan jarak antargigi yang akan menimbulkan efek jangka panjang pada kondisi gigi dan mulut secara keseluruhan.

2. Kehilangan Gigi/Ompong



- Kehilangan gigi merupakan penyebab terbanyak menurunnya fungsi pengunyahan. Kehilangan gigi dapat mempengaruhi rongga mulut dan kesehatan umum sehingga akan mempengaruhi kualitas hidup seseorang secara keseluruhan. Kehilangan gigi dapat disebabkan oleh berbagai hal. Penyebab terbanyak kehilangan gigi adalah akibat buruknya status kesehatan rongga mulut, terutama karies dan penyakit periodontal. Kondisi medis yang bisa meningkatkan risiko gigi copot di antaranya, diabetes, osteomielitis, darah tinggi, penyakit autoimun, dll.



Jika ada gigi ompong, maka lansia perlu menggunakan gigi palsu untuk mempertahankan fungsi gigi.



Sebelum pembuatan gigi palsu → seluruh sisa akar gigi harus dicabut

Gigi Palsu → Lepasan → Dokter Gigi





3. Penyakit Gusi

Radang gusi atau gingivitis adalah peradangan pada gusi yang ditandai oleh memerahnya gusi di sekitar akar gigi. Gingivitis disebabkan oleh pembentukan plak akibat sisa-sisa makanan yang menempel di permukaan gigi dan bercampur dengan bakteri di mulut. Bila tidak dibersihkan, plak akan mengeras dan membentuk karang gigi. Gingivitis harus segera ditangani untuk mencegah kerusakan gigi dan gusi. Bila dibiarkan, gingivitis dapat berkembang menjadi periodontitis, yaitu infeksi serius yang bisa merusak gigi dan tulang di sekitarnya. Kondisi ini dapat menyebabkan gigi menjadi mudah tanggal.



4. Mulut Kering

Air ludah/saliva berperan penting dalam proses mengunyah, melumasi makanan, menelan, sensasi rasa dan pengucapan. Dengan bertambahnya usia, kelenjar ludah mengalami perubahan degeneratif yang membuat produksi saliva menurun sehingga menyebabkan mulut kering (xerostomia). Kurangnya saliva dapat menyebabkan kerusakan gigi dan penyakit mulut lainnya, dan air ludah bertanggung jawab untuk membersihkan rongga mulut dan menghilangkan partikel yang dapat menghasilkan bau mulut.





Keausan gigi merupakan penyakit gigi dan mulut yang banyak ditemukan pada lansia. Hal ini disebabkan oleh pemakaian gigi dari waktu ke waktu dan paparan asam yang membuat lapisan pada gigi menghilang atau terkikis, sehingga permukaan gigi akan terlihat lebih rata sehingga dapat menimbulkan rasa sakit dan sensitif



5. Keausan Gigi

Manfaat menjaga Kesehatan Gigi pada Lansia

1.

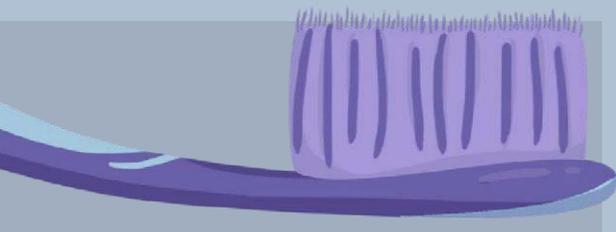
Menghindari terjadinya infeksi bakteri dari rongga mulut yang dapat memperparah kondisi orang dengan penyakit gangguan ginjal, stroke, gangguan penglihatan, pendengaran, dll.

2.

Menjaga fungsi pengunyahan makanan tetap optimal.

3.

Mengoptimalkan produksi saliva/air ludah yang sangat baik untuk menjaga keseimbangan metabolisme tubuh.



Tips Menjaga Kesehatan Gigi dan Mulut pada Lansia

1. Menyikat gigi secara teratur minimal 2 kali dalam sehari, pagi dan malam sebelum tidur.



2

Bila ada karang gigi dan atau gigi berlubang sebaiknya segera ke dokter gigi untuk mendapatkan penanganan lebih lanjut

3

Hindari mengonsumsi makanan manis



4.

Bagi lansia yang menggunakan gigi palsu lepasan, maka gigi palsu tersebut disikat dengan sikat gigi perlahan-lahan di bawah air mengalir, bila perlu dapat menggunakan pasta gigi khusus. Waktu tidur gigi palsu tersebut dilepas dan direndam di dalam air bersih.



5.

Bagi lansia yang tidak mempunyai gigi sama sekali, setiap habis makan seharusnya langsung berkumur-kumur dan juga menyikat bagian gusi dan lidah secara teratur untuk membersihkan sisa makanan yang melekat.

6.

Rutin periksa ke dokter gigi minimal 6 bulan sekali



DAFTAR PUSTAKA

- Direktorat Bina Ketahanan Keluarga Lansia dan Rentan Badan Kependudukan Dan Keluarga Berencana Nasional. (2020). *Perawatan Gigi dan Mulut serta Gizi pada Lansia*. https://golantang.bkkbn.go.id/publikasi_golantang/2/download
- Senjaya, A. A. (2016). Gigi lansia. *Jurnal Skala Husada: The Journal of Health*, 13(1).
- Chan AKY, Tamrakar M, Jiang CM, Lo ECM, Leung KCM, Chu CH. Common Medical and Dental Problems of Older Adults: A Narrative Review. *Geriatrics (Basel)*. 2021 Aug 6;6(3):76
- Wen-Yi Liu, Yen-Ching Chuang, Ching-Wen Chien, Tao-Hsin Tung. Oral health diseases among the older people: a general health perspective. *J. Mens. Health* 2021, 17(1), 7–15.

TERIMA KASIH



Apakah ada yang ingin ditanyakan???

