

中风与口腔健康

中风后护理牙齿和牙龈非常重要

Stroke and oral health

Taking care of teeth and gums is important after a stroke

Chinese Simplified

中风会带来下列影响：

- 口干
- 吞咽困难
- 舌头肌肉无力
- 手脚无力
- 口腔感觉减弱
- 脸部肌肉无力

中风会影响您清洁牙齿和牙龈的能力。

- 中风会让您刷牙更困难。
- 会导致残留食物在口腔中堆积。
- 会增加停留在口腔中的酸性物质，这样就可能导致蛀牙和牙龈疾病。

寻求帮助

您可以向任何医务人员咨询口腔健康问题。如果不是向牙科医生咨询，也可以向以下人员咨询：

- 全科医生（GP）
- 物理治疗师
- 语言病理学家。

请他们为您推荐您家附近的牙科医生。主动咨询是解决任何口腔健康问题的最佳途径。

健康的口腔

会改善：

- 口腔感觉
- 您的言语能力
- 您的总体健康状况。

会降低您患以下疾病的风险：

- 肺炎
- 牙龈疾病和蛀牙

建议

- 每天刷两次牙。
- 考虑使用电子牙刷，让刷牙更简便。
- 使用含氟低泡牙膏。
- 刷牙后，记得把泡沫吐掉，而不是用水漱口。
- 使用手柄较粗的牙刷，方便抓握手柄。
- 全天都要注意喝水，保持充足水分。
- 吃喝的时候，身体要坐直。
- 每餐后检查口腔内有没有食物残渣。
- 定期检查牙齿。
- 改变饮食习惯的人应该始终听从语言病理学家的建议。

新州的牙科服务

持有澳大利亚政府下列任一优惠卡的成人可以免费享受公共牙科服务：

- 养老金领取者优惠卡（Pensioner Concession Card）
- 医疗保健卡（Health Care Card）
- 联邦长者保健卡（Commonwealth Seniors Health Card）

如果需要预约公共牙科服务，请打电话 1800 679 336。

他们会要求您提供国民保健卡（Medicare card）的详细信息。成年人还需要提供优惠卡的详细信息。

如果需要寻找私人牙医，请访问 Australian Dental Association - Find a Dentist（澳大利亚牙科协会：寻找牙医）网页：

<https://www.adansw.com.au/Community/FindaDentist>