Gingivitis

Gingivitis is an infection that is an early sign of gum disease. It occurs when plaque builds up between the teeth and gums. Plaque is a layer that sticks to your teeth from food, germs and mucus. Over time this build up can lead to infection of the gums.

The gums often do not hurt with gingivitis, but treatment is very important. Gingivitis is more common in people who do not brush or floss their teeth often. If it is not treated, the infection will happen again and may cause serious gum disease or tooth loss.

Signs

- Red and swollen gums
- Gums that bleed easily
- Gums that look bumpy or are pulled away from the teeth
- Bad breath

Your Care

See your dentist if you have any signs. Your dentist will clean and remove plaque from your teeth.

To prevent gingivitis, brush and floss your teeth at least two times each day to remove plaque before it builds up. See your dentist every 6 months to have your teeth checked and cleaned.

Talk to your dentist, doctor or nurse if you have any questions or concerns.

2/2006. Developed through a partnership of The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health and OhioHealth, Columbus, Ohio. Available for use as a public service without copyright restrictions at **www.healthinfotranslations.com.**

मसूड़ा शोथ (जिंजीवाइटिस)

जिंजीवाइटिस एक संक्रमण है जो मसूड़ों की बीमारी का प्रारंभिक लक्षण है। जब दाँतों और मसूड़ों के बीच प्लाक जम जाती है तब यह पैदा होता है। प्लाक एक ऐसी परत है जो भोजन, कीटाणु और श्लेष्म से दाँतों पर चिपक जाती है। कालान्तर में यह जमाव मसूड़ों में संक्रमण पैदा कर सकता है।

कई बार जिंजीवाइटिस की वजह से मसूड़ों में दर्द नहीं होता, पर इसका इलाज बहुत महत्त्वपूर्ण है। जिंजीवाइटिस सामान्यतः उन लोगों को अधिक होता है जो अक्सर ब्रष या दांतों की सफाई (फ्लॉस) नहीं करते। यदि इसका इलाज नहीं किया जाता, तो यह संक्रमण फिर से होगा और इसके कारण मसूड़ों का गंभीर रोग हो सकता है या दाँत गिर सकते हैं।

लक्षण

- लाल और सूजे हुए मसूड़े
- मसूड़ों से आसानी से खून निकलना
- मसूड़ों में सूजन या उनका दाँतों से दूर हो जाना
- साँस में बदबू

आपकी देखभाल

यदि आपके ऐसे कोई लक्षण हों तो अपने दंत चिकित्सक (डैन्टिस्ट) से मिलिए। आपका डैन्टिस्ट आपके दाँत साफ कर उनमें से प्लाक निकाल देगा।

जिंजीवाइटिस से बचने के लिए आप के दाँतों में प्लाक जमे उससे पहले ही उसे दूर कर देने के लिए दिन में कम से कम दो बार अपने दाँतों को ब्रष और फ्लॉस कीजिए। हर 6 महीने बाद अपने दाँतों की जाँच एवं सफाई के लिए अपने डैन्टिस्ट से मिलिए।

यदि आपका कोई प्रश्न या चिंता हो तो अपने डैन्टिस्ट, चिकित्सक या नर्स से बात कीजिए।

2/2006. Developed through a partnership of The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health and OhioHealth, Columbus, Ohio. Available for use as a public service without copyright restrictions at **www.healthinfotranslations.com**.