

# Oral Health for Older Adults

Older adults experience health issues that can affect oral health and have an affect on overall health and well-being. Even with good home care, you may face certain issues that affect your oral health.

**Tooth sensitivity** can increase with age. When gums recede, the roots of teeth are exposed. These areas can be very sensitive to hot and cold foods and drinks. Sensitivity toothpastes and prescription fluoride can help with discomfort. If the problem persists, check with your dentist to be sure a more serious problem does not exist.

**Cavities** can also occur on exposed root surfaces. This is especially common with seniors. Fluoride toothpaste, daily flossing, and regular checkups are vital. Professionally-applied fluoride varnish applications are also effective in reducing tooth and root decay.

**Dry mouth** (xerostomia) may be caused by medications or certain medical conditions. Left untreated, dry mouth can damage your teeth, lead to oral yeast infections, create difficulty in eating, and cause pain. Be sure to check with your dentist for ways to help with the dryness in your mouth.

**Existing health conditions** such as diabetes, heart disease, or cancer can affect your oral health. Gum disease can complicate these medical conditions. It is very important that you have good home care and see your dental provider for professional cleanings.

**Gum disease**, a problem at any age, is especially prevalent in people over 40. Factors that increase the severity of gum disease include:

- Poor oral hygiene
- Diseases such as diabetes, heart disease, and cancer
- Environmental factors such as stress and smoking
- Certain medications that influence oral conditions
- Poor diet



Older adults can keep their healthy smiles with proper care and regular checkups.

**Dentures** require special care. Annual checkups with your dentist are important to avoid problems.

**Crown and bridge work** are common restorations for older adults. Since decay can occur under crowns and bridges on the root surfaces of teeth, good home care, fluoride toothpaste, and regular dental visits are important.

**Implants** are becoming more common. They require thorough home care to maintain the health of the gum tissue and supporting bone structure.

With proper brushing with fluoride toothpaste, daily flossing, and regular dental visits, you can keep your teeth for a lifetime!

# Salud bucal para adultos mayores

**Los adultos mayores presentan problemas de salud que pueden afectar su salud bucal y afectar el bienestar y la salud en general.**

**Incluso con un buen cuidado en el hogar, puede enfrentarse a ciertos problemas de salud bucal.**

**La sensibilidad** en los dientes puede aumentar con la edad. Cuando las encías se retraen, las raíces de los dientes quedan expuestas. Estas áreas pueden volverse muy sensibles a alimentos y bebidas frías y calientes. Las pastas dentales para la sensibilidad y el flúor recetado, pueden ayudar con la incomodidad. Si el problema persiste, consulte a su dentista para asegurarse que no se trate de un problema más grave.

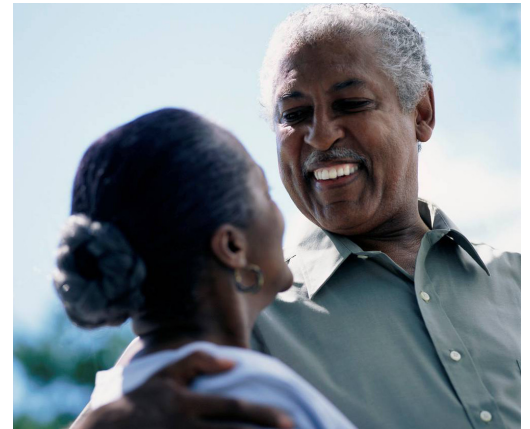
**Las caries** también pueden presentarse en la superficie de las raíces expuestas. Esto es especialmente común en los adultos mayores. Es vital usar pasta dental con flúor, usar hilo dental a diario y hacerse controles regulares. Las aplicaciones de barniz de flúor realizadas por un profesional también son muy eficaces para reducir las caries en los dientes y en las raíces.

**La boca seca** (xerostomía) puede ser causada por medicamentos o determinadas afecciones médicas. Si no se trata, la boca seca puede dañar sus dientes, provocar infecciones bucales por hongos, provocar dificultades para comer y causar dolor. Asegúrese en consultar con su dentista sobre formas de ayudarlo con la sequedad en su boca.

**Afecciones de salud existentes** como diabetes, cardiopatías o cáncer pueden afectar su salud bucal. La enfermedad de las encías puede complicar estas afecciones médicas. Es muy importante que ponga en práctica un buen cuidado en casa y visite a su proveedor dental para limpiezas profesionales.

La enfermedad de las encías, es un problema a cualquier edad, pero es especialmente frecuente en personas de más de 40 años. Algunos factores que aumenta la gravedad de la enfermedad de las encías incluyen:

- Mala higiene bucal.
- Enfermedades como diabetes, cardiopatía y cáncer.
- Factores ambientales como el estrés y el tabaquismo.
- Determinados medicamentos que influyen en las afecciones bucales.
- Mala alimentación.



Con el cuidado apropiado y controles regulares, los adultos mayores pueden conservar sus sonrisas saludables.

**Las prótesis dentales** necesitan un cuidado especial. Es importante visitar al dentista una vez al año para evitar problemas.

**Las coronas y los puentes** son restauraciones comunes en los adultos mayores. Como la caries puede ocurrir debajo de las coronas y los puentes en la superficie de la raíz del diente, es importante una buena limpieza en casa, usar pasta dental con flúor y visitar regularmente a su dentista.

Los implantes se están volviendo más comunes. Estos requieren una profunda limpieza en casa para mantener saludable el tejido de las encías y estructura ósea de soporte.

**Con un cepillado adecuado con pasta dental con flúor, el uso diario del hilo dental y visitas regulares a su dentista, usted puede mantener sus dientes durante toda la vida.**