

Setiap tahunnya, dokter gigi banyak mendengar keluhan dari pasien mengenai gigi sensitive. Gigi sensitive bisa disebabkan karena gusi yang turun yang mengakibatkan akar gigi yang terbuka. Ketika rangsangan panas atau dingin mengenai akar gigi sensasi ini diteruskan melalui tubulus didalam akar langsung ke saraf gigi yang mengakibatkan rasa ngilu. Biasanya rasa ngilu yang timbul terasa lebih tajam, singkat dan sering kali tidak terdiagnosis bahkan terabaikan.

Penyebab gigi sensitif terutama karena:

- Penurunan Gusi
- Oral Hygiene yang buruk? Kondisi rongga mulut yang buruk (Oral hygiene), penumpukan plak/karang gigi akan menjadi sarang kuman dalam rongga mulut yang bisa membuat masalah gigi semakin serius. Lama-kelamaan karang gigi dapat membuat iritasi pada bagian gusi, sehingga gusi akan mudah berdarah dan menimbulkan masalah bau mulut
- Terkikisnya Email gigi.
- Cara menyikat gigi yang salah (terlalu kuat) - penyikatan gigi yang terlalu kuat, dengan tekanan yang berlebih bisa membuat gusi mengalami iritasi atau gusi menurun dari leher gigi.

Bagaimana anda dapat melindungi gigi anda?

Jika anda memiliki masalah pada gigi sensitive, ini beberapa tips yang bisa anda lakukan.

- Menghilangkan kebiasaan buruk menyikat gigi dengan tekanan berlebih dan menyikat gigi dengan cara dan waktu yang tepat.
- Gunakan pasta gigi khusus untuk gigi sensitive. Pada banyak orang pasta gigi ini bisa membantu mengurangi rasa ngilu yang dirasakan.
- Memakai jenis bulu sikat yang lembut dan tidak menggunakan bulu sikat yang sudah rusak.
- Setelah menyikat gigi dan menggunakan dental floss biasakan juga memakai obat kumur yang mengandung fluoride. Fluoride merupakan mineral yang penting untuk memperkuat gigi.
- Usahakan jangan minum/makan panas dan dingin dalam waktu bersamaan.
- Rutin memeriksakan gigi kedokter gigi minimal 6 bulan sekali. Pada keadaan akar gigi yang terbuka atau sudah timbul lubang pada leher gigi sebaiknya dilakukan penambalan.