



Renungan Pagi dan Perkongsian Ilmu: “Gum Disease.”

Tarikh : 1 Disember 2021

Pengacara Majlis : Puan Nur Fatimah binti Md. Rafi

Bacaan Doa : Encik Khairil Zaidi bin Mohd Zaki

Objektif program ini ialah untuk melancarkan penyampaian maklumat dan ilmu yang berbentuk perkongsian pengalaman dan memotivasikan staf. Pada sesi Renungan Pagi ini, Dr. Norannieza binti Muzlan, Pegawai Pergigian dari Pusat Kesihatan UTM telah menyampaikan perkongsian ilmu bertajuk “Gum Disease.”

Ringkasannya adalah berkaitan penyakit gusi. Gusi yang sihat berwarna merah jambu dan sekiranya terjadi penyakit gusi, gusi akan menjadi merah, membengkak dan mudah berdarah, terdapat ruang antara gigi dan gusi, kedudukan gigi berubah akibat bengkak dan gigi memanjang dan loggar.

Mengikut kajian Kementerian Kesihatan Malaysia, sembilan (9) daripada 10 orang rakyat Malaysia dewasa mengidap penyakit gusi. Penyakit gusi berpuca daripada bakteria, mulut yang tidak bersih, merokok dan sesetengah ubatan. Mereka yang merokok boleh mendapat jangkitan penyakit gusi yang lebih tinggi. Kaum wanita juga mudah terkena jangkitan penyakit gusi akibat daripada perubahan hormon badan.

Rawatan bagi penyakit ini ialah dengan berjumpa dengan doktor untuk scaling gigi. Apabila kita memakan makanan yang melekit akan meninggalkan lapisan sisa makanan pada gigi. Sekiranya kita tidak memberus gigi dengan betul, akhirnya akan terjadi kalkulus gigi. Karang gigi hanya boleh dicuci dengan menggunakan alat yang terdapat di klinik gigi. Kita juga perlu menggunakan *floss*, *interdental floss* dan memberus lidah.

Selain itu, penggunaan ubatan seperti antibiotik bagi membunuh bakteria yang ada pada gusi yang bengkak, ubat kumur atau lebih baik menggunakan air garam suam serta pengambilan vitamin C.

Kita juga perlu mengamalkan pemakanan seimbang, banyak minum air kosong dan jus buah-buahan serta pemeriksaan gigi secara berkala setiap enam (6) bulan sekali dan juga berhati-hati dengan gula yang tersembunyi.

Program ini diakhiri dengan bacaan selawat ke atas Nabi Muhammad SAW.

Webex Meeting Info Hide Menu Bar

File Edit Share View Audio & Video Participant Meeting Help

NORLIN Me 1844577280 It's me.. BONO Kharid z ABD HAMID BIN DAHAR HE... Atiq Who

Gum disease or gingivitis, affects 9/10 Malaysians.1

1 National Oral Health Survey of Adults (NOHSA), Oral Health Division, Ministry of Health Malaysia (2010)

Penyebab:

- Bakteria
- Kebersihan mulut tidak memuaskan
- Merokok
- Sesetengah ubatan

GUM DISEASE **HEALTHY GUM**

Noranniza Muzlan

Unmute Start video Share

Participants Chat

Webex Meeting Info Hide Menu Bar

File Edit Share View Audio & Video Participant Meeting Help

NORLIN Me 1844577280 It's me.. BONO Kharid z

Penyakit Gusi

Participants (51)

NORLIN Me

Admin JTNCHP (Cohost)

Admin JTNCHP Cohost

1844577280

ABD AFIQ

ABD HAMID BIN DAHAR HE...

alisyia

arman HEP

Azim HEMA

aznorsam

Azreen Rahim

dona

Unmute Start video Share

Participants Chat

Webex Meeting Info Hide Menu Bar

File Edit Share View Audio & Video Participant Meeting Help

Speaking: Admin JTNCHP (Cohost)

Layout

NORLIN Me Azreen Rahim

hugonailo It's me.. BONO JAMILAH OTHMAN Kharmsiah Zamani

Azim HEMA aznorsam FARAH LIANA MAHAD haffiah kharis hassan

1844577280 alisyia

Unmute Start video Share

Participants Chat