



CountyCare
A MEDICAID HEALTH PLAN



Program

Healthy Smiles

Program Healthy Smiles

Kiedy mówimy o zdrowiu jamy ustnej, oznacza to dbanie o zęby, dziąsła, język, szczękę i usta – to one umożliwiają nam uśmiechanie się, mówienie i żucie. Dobry stan zdrowia jamy ustnej jest ważny dla ogólnego stanu zdrowia i dobrego samopoczucia. Wiele problemów zdrowotnych, takich jak cukrzyca, choroby serca i inne schorzenia, ma związek ze zdrowiem jamy ustnej. O zdrowiu jamy ustnej warto rozmawiać zarówno z dentystą, jak i lekarzem podstawowej opieki zdrowotnej (PCP).

Jak dbać o zdrowie jamy ustnej

Oto kilka prostych czynności, które pomogą Ci zadbać o zdrowie jamy ustnej:

- Szczotkuj zęby dwa razy dziennie, używając pasty z fluorem.
- Nitkuj zęby co najmniej raz dziennie.
- Unikaj palenia i żucia tytoniu.
- Ogranicz spożycie alkoholu.
- Czyść zęby dwa razy w roku w gabinecie dentystycznym.
- Zadbaj o leczenie chorób przewlekłych, takich jak cukrzyca i choroby serca.
- Stosuj zdrową dietę i ogranicz spożywanie produktów bogatych w cukry.

Jak pomóc dzieciom

O dobrą higienę jamy ustnej należy zadbać jeszcze przed pojawieniem się pierwszego ząbka u dziecka. To, że zębów nie widać, nie oznacza, że ich tam nie ma. Oto kilka wskazówek, które pomogą Ci zadbać o zdrowie jamy ustnej Twoich dzieci.

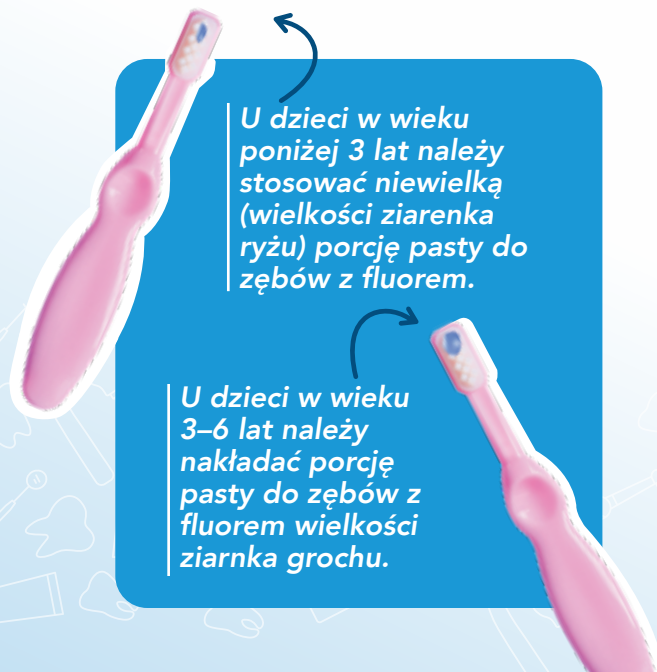
Niemowlęta:

- Przecieraj dziąsła miękką, czystą ściereczką dwa razy dziennie rano i przed snem, aby usunąć bakterie.
- Gdy dziecku wyrosną zęby, szczotkuj je dwa razy dziennie miękką szczoteczką o małym włosiu i pastą do zębów (wielkości ziarenka ryżu).
- W przypadku dzieci w wieku poniżej 2 lat skonsultuj z dentystą stosowanie pasty do zębów z fluorem.
- Gdy ząbki dziecka zetkną się ze sobą, zacznij nitkować przestrzenie między nimi.
- Wybierzcie się do dentysty przed pierwszymi urodzinami dziecka.

Dzieci:

- Szczotkuj zęby dwa razy dziennie pastą z fluorem.
- Używaj porcji pasty wielkości ziarenka grochu; po umyciu zębów należy wypłuć resztki pasty.
- Nitkuj zęby co najmniej raz dziennie.
- Jeśli Twoje dziecko ma mniej niż 6 lat, powinno myć zęby pod Twoim nadzorem.
- Czyść zęby dwa razy w roku w gabinecie dentystycznym.
- Stosuj zdrową dietę i ogranicz spożywanie produktów bogatych w cukry.

Aby uzyskać więcej informacji na temat przysługujących świadczeń dentystycznych, zadzwoń do Działu Obsługi pod numer 312-864-8200, 711 (TDD/TTY).



Usługi dentystyczne objęte ubezpieczeniem

Poniżej znajduje się lista wybranych usług dentystycznych objętych ubezpieczeniem CountyCare. Pełną listę można znaleźć na naszej stronie internetowej pod adresem www.countycare.com.

Dla członków w wieku 20 lat i młodszych

- Badanie dentystyczne i czyszczenie (1 raz na 6 miesięcy)
- Aparat ortodontyczny niezbędny z medycznego punktu widzenia
- Fluoryzacja, chirurgia jamy ustnej, zdjęcia rentgenowskie, laki, wypełnienia, korony (czapki), leczenie kanałowe, protezy i naprawy protez, ekstrakcje (wrywanie zębów), pogotowie dentystyczne
- Zdjęcia rentgenowskie, wypełnienia, korony (czapki), leczenie kanałowe (tylko zęby przednie), chirurgia jamy ustnej, ekstrakcje (wrywanie zębów), protezy i naprawy protez, pogotowie dentystyczne
- Dopasowanie i zdjęcie aparatu ortodontycznego założonego przed 21. rokiem życia
- Członkinie w ciąży przechodzą regularne kontrole, czyszczenie i zabiegi periodontologiczne (dokładne czyszczenie i skaling zębów)

Dla członków w wieku 21 lat i starszych

- Badanie dentystyczne i czyszczenie (1 raz na 6 miesięcy)

Wykorzystaj w pełni ubezpieczenie CountyCare

Wykonaj następujące kroki:

- 1 DOWIEDZ SIĘ, CO JEST OBJĘTE UBEZPIECZENIEM**
Ubezpieczenie CountyCare obejmuje usługi medyczne, stomatologiczne i farmaceutyczne.
- 2 DBAJ O ZDROWIE JAMY USTNEJ**
Wizyty u dentysty dwa razy w roku oraz szczotkowanie i nitkowanie zębów dwa razy dziennie pomagają chronić jamę ustną i zęby w każdym wieku. Problemy z zębami, dziąsłami lub innymi częściami jamy ustnej mogą być przyczyną różnych chorób lub schorzeń.
- 3 ZAPLANUJ BADANIA DENTYSTYCZNE**
Czyszczenie zębów pomaga zapobiegać ubytkom i innym problemom z zębami i dziąsłami. Odwiedzaj dentystę dwa razy w roku. Aby otrzymać świadczenia dentystyczne, należy udać się do dentysty w naszym programie. Świadczeniodawców stomatologicznych CountyCare można znaleźć na naszej stronie internetowej www.countycare.com lub dzwoniąc do Działu Obsługi CountyCare pod numer 312-864- 8200, 711 (TDD/TTY).
- 4 DOWIEDZ SIĘ, Z KIM SIĘ SKONTAKTOWAĆ**
Jeśli masz pytania dotyczące konkretnych świadczeń, skontaktuj się z Działem Obsługi CountyCare pod numerem 312-864-8200, 711 (TDD/TTY).



Podstawowa terminologia stomatologiczna

Poniżej przedstawiamy przydatne terminy z zakresu stomatologii i zdrowia jamy ustnej wraz z definicjami.



ADA: Amerykańskie Stowarzyszenie Stomatologiczne.

Aparaty ortodontyczne: Aparaty ortodontyczne pomagające w zmianie położenia zębów.

Amalgamat: Materiał używany do wypełnień ubytków. Zazwyczaj zawiera rtęć, srebro i inne materiały.

Analgetyk: Środek znieczulający, który uśmierza ból, nie powodując utraty przytomności. Typowym przykładem jest nowokaina.

Bonding: Technika wykorzystująca żywicę kompozytową w kolorze zęba do naprawy pękniętych lub przebarwionych zębów.

Bruksizm: Mimowolne zgrzytanie zębami.

Choroby przyzębia: Ogólny termin określający chorobę i stan zapalny dziąseł.

Czyszczenie: Zabieg polegający na usunięciu płytki nazębnej i kamienia nazębnego z zębów.

Ekstrakcja: Usuwanie zębów.

Głębokie czyszczenie: Zabieg obejmujący czyszczenie zębów między dziąsłami aż do korzeni poniżej linii dziąseł.

Głęboki skaling: Zabieg wykonywany poniżej linii dziąseł w celu usunięcia kamienia nazębnego (poprzez ręczne zeszkrobwanie) z zębów za pomocą skalera dentystycznego. Obejmuje wykorzystanie urządzeń ultradźwiękowych do usuwania płytki nazębnej z powierzchni zębów.

Halitoza: Przykry zapach z ust.

Istnieją dwa rodzaje wypełnień stomatologicznych: amalgamatowe, które są wykonane ze srebra i rtęci, oraz kompozytowe, które są białe i nie zawierają metalu.

Kamień nazębny: Twardy osad, który tworzy się na powierzchni zębów w wyniku gromadzenia się płytki nazębnej.

Leczenie kanałowe: Zabieg mający na celu uratowanie zęba objętego stanem zapalnym. Zabieg ten może uśmierzyć ból, jeśli ząb jest poważnie zainfekowany.

Licówki: Plastikowa lub porcelanowa powłoka nakładana na przednią część zęba w celu jego wzmocnienia i poprawy wyglądu.

Nagryz pionowy: Zachodzenie przednich zębów na siebie w pionie.

Odbudowa: Uzupełnienie brakujących lub uszkodzonych zębów.

Próchnica: Degradacja zębów. Powszechna przyczyna powstawania ubytków.

Profilaktyka: Czyszczenie zębów i dziąseł.

Protezy częściowe: Wyjmowane aparaty, które zastępują fragmenty brakujących zębów.

Protezy zębowe: Wyjmowane sztuczne zęby spoczywające na dziąsłach.

Radiogramy: Zdjęcia rentgenowskie.

Ropień: Miejscowy stan zapalny, zwykle ropny, charakteryzujący się obrzękiem i tkliwością.

Ścieranie: Utrata struktury zęba spowodowana zbyt mocnym szczotkowaniem lub zgrzytaniem zębami.

Skaling przyzębia lub zębów i usuwanie złogów poddziąsłowych: Zabiegi stomatologiczne powszechnie stosowane w leczeniu chorób dziąseł. Nazywa się to również głębokim czyszczeniem.

Stomatologia estetyczna: Zabiegi wykonywane w celu poprawy estetyki uzębienia. Na przykład wybielanie zębów i licówki porcelanowe.

Podstawowa terminologia stomatologiczna *c.d.*

Stożek: Naturalny ząb stanowiący podporę dla implantu dentystycznego.

Szczęka: Tzw. „szczęka górna”.

Ubytki: Dziury w zębach spowodowane próchnicą.

Wybielanie: Technika usuwania przebarwień z zębów za pomocą lasera lub środków chemicznych.

Wypełnienie: Materiał, który umieszcza się w nawierconym i oczyszczonym zębie w celu odbudowy jego struktury.

Zapalenie dziąseł: Stan zapalny dziąseł. Jest to wczesny etap choroby dziąseł, często spowodowany nagromadzeniem płytki nazębnej.

Ząb zatrzymany: Ząb znajdujący się pod tkanką dziąsła, który prawdopodobnie sam nie wyrośnie.

Ząb niewyrżnięty: Ząb, który nie przebił się przez dziąsło.

Zdjęcia skrzydłowo-zgryzowe: Zdjęcia rentgenowskie jamy ustnej, które pomagają wykryć ubytki i próchnicę.

Zęby przednie: Sześć dolnych i sześć górnych zębów przednich.

Zęby mądrości: Trzeci zestaw zębów trzonowych, które wyrzynają się jako ostatnie. Czasami mogą one powodować uszkodzenie sąsiednich zębów i muszą zostać usunięte.

Zęby mleczne: Pierwsze zęby u dziecka, nazywane także „mleczakami”.

Zgryz: Sposób, w jaki górne i dolne zęby stykają się, gdy usta są zamknięte.

Żuchwa: Tzw. „szczęka dolna”.

WAŻNE NUMERY TELEFONÓW

Służby ratunkowe: 911

Dział Obsługi Członków i Świadczeniodawców:

312-864-8200 855-444-1661 (bezpłatna infolinia)

711 (TDD/TTY)

24-godzinna infolinia z poradami pielęgniarskimi:

312-864-8200

Strona internetowa: www.countycare.com

INNE ZASOBY

Ubezpieczenie społeczne: 1-800-772-1213 TTY

1-800-325-0778

Akty urodzenia: 312-603-7790

Świadczenia na dziecko: 312-603-3055

Program wsparcia opieki nad dziećmi:

312-823-1100

CountyCare complies with applicable Federal civil rights laws and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, age, disability, or sex.

ATTENTION: If you speak ENGLISH, language assistance services, free of charge, are available to you. Call 312-864-8200 / 855-444-1661 (toll-free) / 711 (TTY).

ATENCIÓN : Si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 312-864-8200 / 855-444-1661 / 711 (TTY).

UWAGA: Jeżeli mówisz po polsku, możesz skorzystać z bezpłatnej pomocy językowej. Zadzwoń pod numer 312-864-8200 / 855-444-1661 / 711 (TTY).

注意: 如果您使用繁體中文, 您可以免費獲得語言援助服務。請致電 312-864-8200 / 855-444-1661 / 711.

This document is also available in other languages. Please contact us at 312-864-8200 to request this document in another language.



Prsrt Std
U.S. Postage
PAID
Burlington, VT
Permit No. 601



Program Healthy Smiles



CountyCare
A MEDICAID HEALTH PLAN