

## Rumkit Bhayangkara Sosialisasi Kesehatan Gigi Dan Mulut

Indra Gunawan - [KALTENG.INDONESIASATU.ID](http://KALTENG.INDONESIASATU.ID)

May 26, 2022 - 08:06



PALANGKA RAYA - Menjaga kesehatan gigi dan mulut wajib dilakukan oleh semua orang, termasuk para personel Rumah Sakit (Rumkit) Bhayangkara Tingkat III Palangka Raya, Polda Kalteng. Selain membuat gigi dan mulut tetap sehat, menjaga kebersihan gigi dan mulut juga dapat mencegah penyakit-penyakit gigi seperti gigi berlubang dan peradangan gusi.

Atas dasar tersebut, Urusan Pendidikan dan Penelitian (Urdiklit) Rumkit

Bhayangkara Palangka Raya melalui program Sharing Sessionnya menggelar sosialisasi pentingnya merawat kesehatan gigi dan mulut bagi seluruh personel bertempat di halaman Paviliun Presisi RS. Bhayangkara Jalan H. Ikap No. 03, Kota Palangka Raya, Rabu (25/5/22) pagi.

Kegiatan sosialisasi tersebut disampaikan langsung oleh narasumber internal, yakni Dokter Gigi Umum drg. Safariatun yang didampingi Kepala Urusan Pendidikan dan Penelitian (Kaurdiklit) Rumkit Bhayangkara Palangka Raya Penda Rusmawati, S.Sos.

drg. Safariatun menjelaskan kesehatan gigi merupakan dasar dari setiap orang ketika menjaga kondisi mulutnya. Oleh karena itu, semestinya kesehatan gigi perlu dijaga sedini mungkin. Mayoritas orang masih banyak menyepelekan kondisi gigi. Ketika rusak cenderung baru memeriksakan ke dokter gigi.

“Langkah pertama dalam merawat kesehatan gigi dan mulut agar bisa terjaga secara maksimal, yaitu dengan cara sikat gigi yang baik dan benar,” jelasnya.

dr. Safariatun menambahkan masih banyak sebagian orang menyepelekan tata cara menggosok gigi yang baik dan benar, sehingga dapat menimbulkan berbagai masalah kesehatan gigi dan mulut mereka.

“Saat menggosok gigi, perhatikanlah posisi sikat gigi dengan posisi miring membentuk sudut 45 derajat, lalu mulailah menyikat gigi dengan gerakan melingkar berlawanan jarum jam selama 20 detik disetiap bagian, selanjutnya bersihkan bagian lidah dan gunakan benang gigi serta akhiri dengan berkumur,” terangnya.

Selain melakukan sosialisasi kesehatan gigi dan mulut kepada para personel, pihaknya juga akan mensosialisasikan kepada masyarakat maupun pasien. \*\*\*