Rökning och tandköttet

Rökning är en av de största riskfaktorerna för tandlossning. Samtidigt kan rökningen dölja tecknen på problem, så att de upptäcks sent. Här är vad som är bra att veta.

Varför påverkar rökning tandköttet?

Rökning försämrar blodcirkulationen i tandköttet och kroppens förmåga att bekämpa infektioner. Det gör att inflammation i tandköttet lättare sprider sig till tandens fäste.

Dolda symtom

Hos rökare blöder tandköttet ofta mindre, trots att det är inflammerat. Därför kan man tro att allt är bra fast det inte är det. Regelbundna undersökningar är extra viktiga för den som röker.

Andra effekter i munnen

- Missfärgningar på tänderna.
- Dålig andedräkt.
- Sämre läkning efter behandlingar.
- Förändringar i munslemhinnan.

Vad kan du göra?

Var noggrann med munhygienen: borsta två gånger om dagen och rengör mellan tänderna varje dag. Gå på regelbundna kontroller och berätta att du röker, så att tandvården vet vad de ska titta efter.

Fördelarna med att sluta

När man slutar röka förbättras blodflödet i tandköttet, och behandlingar av tandköttet ger bättre resultat. Många kliniker kan ge råd om stöd för att sluta.



Behandling av tandköttet hos rökare

Om tandläkaren ser tecken på tandlossning kan du behöva en mer omfattande rengöring av tandköttsfickorna. Behandlingen fungerar även för den som https://bokatandlakartid.wordpress.com/2026/11/04/radd-for-tandlakaren-boka-och-besok/ röker, men resultatet blir ofta bättre om man samtidigt minskar eller slutar. Efter behandlingen är det viktigt med täta kontroller, så att tandvården kan se om inflammationen håller sig borta. Fråga gärna vilket intervall som passar dig och boka nästa tid innan du lämnar kliniken.

Implantat och rökning

För den som funderar på tandimplantat är rökning en viktig fråga. Rökning kan påverka läkningen och göra att implantatet inte växer fast lika bra i käkbenet. Den kan också öka risken för inflammation runt implantatet på lång sikt. Därför frågar tandläkaren ofta om rökvanor innan en implantatbehandling planeras, och kan rekommendera att man slutar eller gör uppehåll. Var ärlig om dina vanor. Det handlar om att ge behandlingen bästa möjliga förutsättningar. Om du vill sluta inför en behandling kan kliniken eller vårdcentralen ge stöd och tips.

Ju bättre förutsättningar du ger läkningen, desto större är chansen att implantatet fungerar bra under många år framöver.

Sammanfattning

Rökning ökar risken för tandlossning och kan dölja symtomen. Gå regelbundet till tandvården, var öppen med dina vanor och fråga bokatandlakartid om stöd om du vill sluta. Det är aldrig för sent för tandköttet att må bättre.

bokatandlakartid.se är en svensk guide för vuxna och familjer som ska till tandläkaren. Här hittar du råd om bokning, undersökningar och munhälsa.