

## 無聲的土石流牙周病之認識與預防

[ 發表醫師 ] :牙科部 醫師(牙科部)

[ 發布日期 ] :2004/5/22

### 牙齒與牙周的構造

- |       |        |
|-------|--------|
| 1.牙冠  | 6.牙骨質  |
| 2.牙根  | 7.牙周韌帶 |
| 3.牙釉質 | 8.齒槽骨  |
| 4.牙本質 | 9.牙齦   |
| 5.牙髓  | 10.牙齦溝 |

牙周組織包括牙骨質、牙周韌帶、齒槽骨及牙齦四個部位,牙周病就是牙周組織各部位產生病症之總稱。

### 牙周病病程與症狀

健康牙齦：牙齦粉紅色 / 質地堅實 / 沒有牙縫

牙齦炎：牙菌斑滯留 / 牙齦紅腫易出血 / 偶有疼痛

牙周炎：牙菌斑鈣化成牙結石 / 牙周囊袋形成 / 牙齦與牙齒脫離 / 可能化膿

嚴重牙周炎：牙周韌帶與齒槽骨破壞 / 牙齦萎縮 / 牙齒鬆動 / 牙齒脫落

## 牙周病致病因素

### 口腔局部性因素

1. 口腔衛生不良(牙菌斑、食物嵌塞)
2. 牙結石
3. 不良的牙齒形態
4. 不良的補綴及膺復物
5. 齒列不整
6. 磨牙或咬合傷害
7. 刷牙或牙線使用不當
8. 不良口腔習慣(口呼吸、吐舌、咬唇)
9. 抽菸或嚼食檳榔

### 全身系統性因素

1. 內分泌疾病(糖尿病)
2. 血液疾病
3. 免疫不全疾病(人類免疫不全病毒 HIV、愛滋病)
4. 服用某些藥物(抗癲癇藥物、免疫抑制劑、某些高血壓藥物)
5. 懷孕、青春期、更年期(荷爾蒙分泌改變或不平衡)
6. 遺傳
7. 營養不良

局部性或全身性因素可導致暫時性或持續性的牙周症狀,但個人口腔衛生良窳(牙菌斑因素)仍是決定牙周狀況能否穩定的關鍵

## 牙周病的預防

- 1.徹底執行口腔衛生 —正確使用牙刷與牙線,清除牙菌斑
  - 2.均衡飲食與減少零食
  - 3.定期檢查(三至六個月)
  - 4.隨時觀察牙周症狀,任何異常應即接受牙醫師檢查
- 刷牙或使用牙線時牙齦容易出血
  - 牙齦呈現紅腫或壓痛感
  - 擠壓牙齦時有膿液排出
  - 牙齒鬆動或分開
  - 牙齦萎縮
  - 裝戴活動式義齒時有不合適現象
  - 咬合關係改變
  - 持續性的口臭
- 5.加強口腔衛生的認知與動機—個人預防保健最重要的內在工作與課題

**!!健康文章內文主要提供民眾降低對疾病因不了解產生之不安和恐懼,但不可取代實際的醫療行為,所以身體如有不適請您前往醫院就醫治療。**