

雙和醫院呼籲莫輕忽口臭問題，牙科門診有 7 成年輕人選擇漠視

雙和醫院牙科在門診中發現，有高達 7 成的年輕人對自身口臭毫無自覺或選擇漠視。造成口臭的原因很多，舉凡抽菸、蛀牙、牙周病甚至腸胃道疾病或糖尿病等都有可能，如果長久存在相關問題建議需就醫檢查，也可避免影響人際關係。

雙和醫院牙科部醫師張維仁表示，一般人口腔內有超過 700 種以上的細菌，其中大部分屬於厭氧菌，會產生揮發性硫化物，使口腔出現異味，尤其清潔不當或清潔次數不夠，使口腔內細菌量增多時，異味就更加明顯。



根據研究顯示，民眾只要一晚沒刷牙，口腔內的細菌量就比有刷牙的人暴增 72.4%。口腔中含有過多的細菌，除會造成口臭外，恐怕衍生出蛀牙或牙周病，而且細菌還可能跟著血液流入心臟，引發心內膜炎或心瓣膜炎，甚至影響凝血功能，導致中風、血栓等心腦血管疾病的發生。由此可知「口氣好壞」應視為身體健康的一種警訊，長期口臭最好就

醫檢查。【圖：張維仁醫師傳授正確的刷牙方式】

雙和牙科門診中因口臭問題前來就醫的年輕患者，僅約其他年齡層患者的 1/4，有近 7 成年輕口臭族毫無自覺，或只選擇用漱口水、口腔芳香劑、嚼口香糖等方式暫時緩解，不尋求根本的治療之道。推測原因可能以為口氣好壞與健康無關，無須就醫，或者年輕同儕或情侶間不好意思直言告知對方有口臭問題。張維仁醫師強調，要保持清新口氣，最重要的就是養成正確的清潔習慣，讓口腔內能保持良好的生態環境，避免細菌過度增生，如果長期有口腔異味，最好還是就醫檢查，找出原因對症治療。

（文/雙和醫院）