

几乎人人都有的口腔疾病

作者：余春焯医生

对绝大多数成年人来说，牙周病就像一个不受欢迎却如影随形的朋友。牙周病并不遥远，就在我们每一个人的口腔里发生；牙周病既不神秘也不深奥，我们可以通过对它更多的认识了解，来预防和中止它对我们健康的危害。

牙周这个词或许有点陌生，它指的是牙齿周围，包埋着牙根的硬质的牙槽骨，以及覆盖其上肉眼可见的粉色牙龈（如下图所示）。牙槽骨对牙齿起主要固定支撑作用，并且一般只能在X光片上显示；牙龈是保护牙槽骨的第一道屏障。



牙周病也称牙周炎，是包绕牙齿周围的牙龈和牙槽骨因发生炎症而萎缩、对牙齿逐渐失去固定支撑作用以致牙齿逐渐松脱的一类最常见牙齿疾病。

在我的临床观察中，大多数人在基本还能做到每日刷牙一至二次，但对牙周病并不自觉认识的情况下，二十岁左右即可患病；三十岁以上成年人患病率几乎达百分之八九十，多数在病程早期，少数就可严重到中晚期；四十岁左右患病率几乎可达百分之百，多数进入病程早中期，部分也可晚期；五十岁左右多数一般已达到中晚期，常有多牙同时缺失；六十岁左右很多人即可能全口牙丧失；老年病人常常将早该拔除的牙齿勉强维持到七十岁左右。

因其早中期症状不显，因而不被重视，出现症状时，已到不可挽救的病程晚期，是成年人牙齿脱落的主要原因。

🦷 牙周病会导致牙齿会脱落？

牙槽骨从正常水平线萎缩，以至不能再固定支撑牙齿，就像埋在电线杆周围的土被挖掉，电线杆只能逐渐倒伏一样。

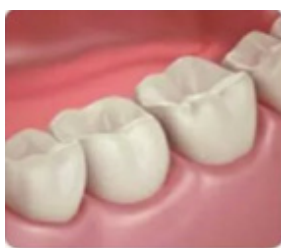
🦷 是不是老了一定会掉牙呢？

对于牙周病，年龄并不是病情加重的最主要因

素，最主要因素是累积在牙齿上的牙结石以及寄居其中的细菌。无论是肉眼直视，还是在X光片上显现，以及拔下的牙齿之上，牙周病患者的牙根面上都可见附着着大大小小的牙结石。

寄居在牙结石里的细菌可以释放大量毒素，导致牙龈发炎，溶解，与牙面分离，从而突破牙槽骨保护的第一道屏障；继而进一步直接使牙槽骨发炎，溶解，萎缩。若无牙科治疗介入，牙槽骨可以被溶解殆尽，最终牙齿自行脱落。一般来讲，牙齿上的牙结石越大越多，寄居的细菌就越多，牙周病就发展得越迅速越严重。从临床所见，只要牙齿上没有牙结石，即便年龄九十岁，牙周组织可以依然相对健康。

🦷 牙结石和细菌是哪来的？



上述组图大致列出了牙结石的成因。

首先是牙齿的复杂形状与排列，形成有很多死角空间；其次是我们吃的食物会进入到这些死角空间里，而目前人们的刷牙工具和方法与古人刷牙的效果并不能保证所有食物残渣被完全清除干净。于是混合着口腔中

天然存在的细菌，在舌肌颊唇肌等口腔周围肌肉的挤压下，残留食物便紧粘在牙面上，并沉积了唾液中所含的钙质后，便形成了坚硬的牙结石，靠自己刷牙不可去掉。必须由经过专业训练的牙医或洁牙员使用专门工具才能清除。

🦷 牙周病的早中期症状

牙周炎早中期症状并不明显，这需要与龋齿引起的牙髓炎、根尖炎时的巨痛作比较。龋齿是在坚硬的牙齿上面形成的，然后波及到牙神经后引起炎症，再向牙根方向扩散。这个过程都是在一个相对密闭的坚硬牙齿和骨头结构里发生和进行，迅速产生的大量炎症产物形成巨大压力，引起牙神经或骨神经巨痛。

牙周病发生发展的情形则不同，病程一般从牙龈开始，牙龈是软组织，牙龈与牙槽骨组合的是相对开放的结构。当发生炎症时，炎症产物形成的压力一般较小，加之漱口、喝水以及唾液流动等，又能冲洗稀释，所以牙周组织发炎时，多数情况下，不会引起巨痛。

牙周病早期多会有刷牙、咬物出血，以及轻微口臭，若能注意到，便能早发现早治疗。

因为牙龈发炎时毛细血管膨胀变薄，刷牙、咬物等外力即可使之破裂而导致出血。初期轻微的口臭，来自口腔食物残余，炎性组织或血液等与细菌作用，产生一定的臭味气体。只是这样的症状不像疼痛那样容易引起患者的注意，患者常常通过多刷牙、用漱口水、口气清新剂等使症状得到缓解和掩盖，少有人因此及时就医，使得牙周病本身常常不被注意。

牙周病未经任何治疗，牙龈出血自动停止了，是不是证明牙周病不用治疗自己能好呢？

随着牙周病的加重，牙龈出血量增多，口腔异味会加重，有的患者会在此时求医，但其中相信医生牙周病诊断并接受牙周治疗的比例并不高，多数只希望简单洗洗牙就能解决问题。

在犹疑之中，在未作任何牙周治疗的情况下，牙龈出血可能突然减少或停止，很多患者庆幸自己的牙龈出血好了，其实是牙周病更加加重了，因为牙龈过度肿胀后，营养终于跟不上，导致了毛细血管的萎缩，因此会出现牙龈出血减少或停止的现象。但是同时牙槽骨也在丧失，于是，牙缝变稀变大，更易残留食物，口臭加重，牙根部分暴露，可能有冷热刺激敏感。

当某一颗牙痛的时候，为什么牙医会说是全口牙都有病呢？

牙周病虽然大多时候症状轻微，但也有发生剧痛的时候，比如发生龈乳头炎、牙周脓肿及牙周炎引起牙髓炎时。此时患者必然会去看牙医的，因为真的很疼，但是大多数患者宁愿选择相信这些只是局限性牙病，而不愿去想，其实这是全口牙周病在局部的急性发作反应，因此再次错过治疗控制的机会。

(下接第B7版→)