



(← 上接第B6版)

👤 牙周病真與全身健康有關嗎?

我的病人里就有因為牙周病細菌隨血液循環系統進入大腦引起腦膿腫而昏迷, 差點喪失生命的。做心臟手術的醫生, 對牙周病可不敢掉以輕心, 在美國, 在心臟手術前, 要求病人去找牙醫治療控制牙周炎是必須的步驟。

孕婦、糖尿病患者及癌症惡液質患者都是牙周病的易感人群, 在牙齒上牙結石相對較少時, 牙周病就可以相對較重。所以這部分人群更應格外注重口腔衛生和牙周治療。孕婦在備孕期和孕期都可以而且應該做潔牙治療。

👤 得牙周病是因為遺傳嗎?

有人說, 我父母牙都不好, 所以我牙不好是遺傳。這有點把自己護牙不力的責任推脫給長輩的嫌疑。從上文所述, 牙周病主要是食物殘留和細菌形成結石所致。雖然遺傳能影響到我們的體質, 如糖尿病的確會降低身體對細菌的抵抗力, 但老一輩人牙齒脫落主因是由那一輩人的口腔衛生觀念、不科學的衛生習慣和較不發達的醫療條件所決定的, 絕大多數人不是因為基因的問題, 比如說奶奶那輩從農村來, 可能一輩子不刷牙; 媽媽那輩, 坐月子老人也不讓刷牙。如今衛生習慣與醫療條件與前大不同, 口腔衛生觀念一定要改變。

👤 如何預防牙周病呢?

這是人們一生的任務。為簡便說明問題, 大致有這幾個階段要注意:

- 0-6 歲, 口腔衛生習慣養成
- 7-12 歲, 口腔衛生習慣教育
- 13-18 歲, 口腔衛生獨立自主維護
- 25 歲左右, 警惕預防初期牙周病
- 35 歲左右, 治療控制早中期牙周病
- 45 歲左右, 治療控制中晚期牙周病

55 歲左右, 治療控制晚期牙周病, 補救缺失牙齒

65 歲左右, 中止牙周病損害, 修復牙列功能

70 歲左右, 修復全牙列。

簡而言之, 要從小養成良好口腔衛生習慣, 並定期看牙醫, 採取必要的預防或治療措施。自然年齡並不是決定牙齡的必然因素, 比如有的 30 歲的人就可能因牙周病不得不拔除全口牙齒; 而有的人已 90 歲, 牙周病才只發展到早中期, 可望牙齒用一輩子。

預防牙周炎以及牙周治療後的維護口腔衛生的具體做法: 建議首先使用牙線清除牙齒之間二接觸點夾持的食物, 然後用沖牙器挨個沖洗牙縫和牙面, 最後必要時, 再用牙刷稍刷拭一下。目的就是要儘可能清除食物殘余, 最大程度減少牙結石形成。

👤 牙周病的專業治療

一般洗牙 (國內叫顯上潔治) 大家都較為熟悉, 很多人甚至會主動找牙醫洗牙。但是深度洗牙 (國內叫顯下刮治) 知道的人就少多了, 做過的人就更少。其實牙周病早中期的病人只要做深度洗牙, 就可極為有效地控制病情的發展。對牙周手術有所了解的病人就更少了。看牙醫時, 牙醫會根據檢查情況, 對患者的需要作出專業性的指導。

牙周病治療有什麼好藥嗎?

牙周治療後, 醫生通常還會建議做牙周袋藥液沖洗或置放殺菌藥物。經實驗研究, 這些藥物對牙周病療效都是非常有益的。

牙醫一般還會開一些處方口服藥和漱口水。目的都是盡量多地殺滅致病細菌。但需要認識到, 任何藥物都只是牙周治療之外的輔助治療手段, 不能單純依賴藥物來控制牙周病。

其它與牙周病有關的治療有哪些?

1. 牙周病矯正: 牙周病人前牙唇傾, 間隙變大, 可戴矯正器關閉間隙。
2. 拔牙: 牙齒鬆動不能保留時, 必須拔除。
3. 缺牙修復: 可以種植牙修復, 固定橋修復, 活動局部義齒修復, 或全口義齒修復。治療設計需與牙醫仔細商量而決定。

👤 中醫中藥能治療牙周病嗎?

上文提到, 牙周病是由牙結石及細菌所致。中醫中藥並不能清除牙結石, 所以不能單純依賴中醫中藥來治療控制牙周病。

牙周治療手術後需加強維生素、蛋白質、鈣質等方面的營養, 以利牙周組織的修復。體質虛弱者佐以中醫藥治療或調理, 增強體質和身體抵抗力, 應該是很有利的。

👤 牙周病能夠治愈嗎?

牙周病是可以通過治療得到控制的, 但不能完全治愈, 即牙齒周圍萎縮進行中的牙槽骨和牙齦, 經過治療萎縮可以停止或大為減慢, 但是不可能回復到完全健康的水平。就像一隻發生潰爛的蘋果, 可以挖除潰爛部分使蘋果留存更長時間, 但不能使爛過的蘋果變回成一只新蘋果。

有的患者一旦意識到自己患有牙周病及其後果後, 也會積極尋求治療, 但聽說牙周病不可治愈只能控制後, 便失去了信心。這是對牙周病的治療存有不切實際的期望。其實早中期牙周病經過及時治療, 以及隨後的悉心維護, 牙齒依然可望使用終身; 中晚期病人, 經過積極治療和正確維護, 牙齒壽命也可大大延長。

👤 防治牙周病花費知多少?

以美元計。

一般洗牙, 全口幾十刀

深度洗牙, 全口幾百刀

牙周手術, 全口幾千刀

以上花費為保護、保存自己天然牙齒。如果什麼都不做, 牙齒鬆動後; 以下為拔除自己天然牙, 修復成人人工牙的花費:

拔牙, 一顆幾十上百不等, x 拔牙顆數=總費用。

鑲牙, 活動假牙, 幾百至數千不等, 看材質等。

固定假牙, 一顆幾百上千不等, 至少三顆以上。

種植牙, 一顆數千, 全口數萬。

由此可見, 治療控制越早, 花費越少。尤其是在需要深度洗牙階段, 很多人很難跨越這個認知台階。延誤了治療時機, 使得後來付出大得多的代價。

願大家都有健康的牙齒。

(本文載於微信公眾號“同語軒”, 本報經公眾號授權轉載, 版權屬於作者。)

