

edlyn052898 / March 28, 2018 03:21PM

[晶悅美學牙醫診所【專欄分享】注意口腔清潔 甩開牙周病困擾](#)

口腔疾病當中除了齲齒以外，最多患者會出現的便為牙周病，所謂的牙周病是指牙齦出現發炎症狀，隨著其發炎的嚴重性，進展影響到牙冠、牙根、骨頭等等的健康。晶悅美學牙醫診所專業醫師指出，台灣民眾對於定期洗牙的觀念尚未普及，因此，台灣民眾患有牙周病困擾者占比相當高，其中不乏壯年族群的患者，專業牙醫師提醒日常清潔口腔除了使用牙刷以外，建議善用搭配使用牙線、牙間刷，此外，定期至牙醫診所洗牙與檢查口腔更是不可少。

牙齦炎為牙周病初期的症狀，其初期症狀經常會出現牙齦紅腫疼痛甚至出現流血等症狀，但多數人會將此症狀歸類為睡眠不足與火氣大所造成，因而錯過牙周病治療的黃金期。晶悅美學牙醫診所專業醫師表示，口腔清潔重點除了牙齒表面潔淨以外，清潔時牙刷角度持45度至60度，深入清潔牙齒與牙齦的空間更為重要，除此之外，除了需養成早晚潔牙以外，建議餐後約20至30分鐘後即可立即進行口腔衛生，以利降低口中殘渣的細菌孳生。

健康的口腔狀況在牙齒與牙齦間的縫隙約莫為3mm距離，此位置稱為牙齦溝，而患有牙周病的患者經過探測檢查後，牙齒與牙齦間縫隙通常已經超過5mm，此時牙齦溝演變為牙周囊袋。晶悅美學牙醫診所專業醫師提醒，牙周囊袋內易殘留食物殘渣，使得細菌大量的孳生，且囊袋位置無法透過一般刷牙達到深入清潔，此時，細菌向下侵蝕容易使齒槽骨大量被破壞，最終整顆牙齒會直接掉落。

不少患者存在著洗牙後牙齒會變敏感甚至牙縫變大的迷思，但其實有這樣狀況的患者通常是沒有定期洗牙的患者，由於醫師清除牙結石，使得視覺上牙縫變大且牙齒變敏感。晶悅美學牙醫診所專業醫師表示，基本上，除了注意日常口腔清潔，保持口腔潔淨以外，每半年定期透過專業醫師洗牙徹底深入清潔，為保持口腔健康不二法門。

晶悅牙醫 牙周病治療 口腔清潔 牙周病手術

TEL：(02)2559-3671

ADD：台北市大同區民生西路138號1樓

晶悅美學牙醫診所官方網站

<http://www.edc99.com.tw/>

晶悅美學牙醫診所粉絲團

<http://www.facebook.com/edc99edc99>
