

guoshuting / February 25, 2013 09:37PM

[Re: 成人有牙周病，心肌梗塞風險是常人 2 倍](#)

另一半都在外忙賺錢養家嗎？想幫補家用，但又沒時間出去工作
因為要照顧小孩或家人？難道就真的沒辦法嗎？
家裡有可以上網的電腦就能隨時隨地的工作
機會掌握在自己手中~ <http://ppt.cc/-LF1>

[IMG]http://i651.photobucket.com/albums/uu231/nien_0109/VM/Untitled_526F672Cyyy_526F672Cgif.gif[/IMG]
>>[b][color=Red] <http://goo.gl/pAZsU> [/color][b] [color=Blue][b] (心動不如行動，★機會是給積極主動的人！★
了解對您絕無損失，別錯失了一個幸福生活的改變契機！) [/b][color]

guoshuting / January 29, 2013 07:15PM

[Re: 成人有牙周病，心肌梗塞風險是常人 2 倍](#)

生活物價的上漲讓你壓力很大嗎??
每天早出晚歸的工作方式是你想要的嗎？
另一半都在外忙賺錢養家嗎？想幫補家用，
但又沒時間出去工作，因要照顧小孩或家人？
難道真的要打工到老，難道就真的沒辦法嗎？
家裡有可以上網的電腦就能隨時隨地的工作
建立一個同時擁有健康、財富、自由的夢想生活
誠摯邀請您體驗 ☞ <http://tiny.cc/n3zjlw>

[IMG]http://i651.photobucket.com/albums/uu231/nien_0109/VM/Untitled_526F672Cyyy_526F672Cgif.gif[/IMG]
>>[b][color=Red] <http://goo.gl/pAZsU> [/color][b] [color=Blue][b] (心動不如行動，★機會是給積極主動的人！★
了解對您絕無損失，別錯失了一個幸福生活的改變契機！) [/b][color]

guoshuting / January 21, 2013 08:35PM

[Re: 成人有牙周病，心肌梗塞風險是常人 2 倍](#)

2013新的一年，你還在平凡中嗎？想做出改變嗎？
不在因為錢而生活，應該享受生活。
為自己打造被動式收入，未來不再愁錢不夠用。
兼職/全職也行，在家就能完成的工作。
免費註冊了解-> <http://tiny.cc/d3ajmw>

[IMG]http://i651.photobucket.com/albums/uu231/nien_0109/VM/Untitled_526F672Cyyy_526F672Cgif.gif[/IMG]
>>[b][color=Red] <http://goo.gl/pAZsU> [/color][b] [color=Blue][b] (心動不如行動，★機會是給積極主動的人！★
了解對您絕無損失，別錯失了一個幸福生活的改變契機！) [/b][color]

guoshuting / November 14, 2012 09:06PM

[成人有牙周病，心肌梗塞風險是常人 2 倍](#)

[color=#000000]

根據牙醫師估計，台灣約9成的人患有嚴重程度不一的牙周病。嚴重的牙周病會使牙齒脫落，還可能增加中風、心臟病，甚至孕婦早產的機會...牙周病看不見，還會在家人和親密伴侶間傳染，該如何預防？

愛琳從小牙齒健康就欠佳，但從來也不知道正確的清潔方法，總認為「有刷牙有保佑」，並沒察覺，牙齒漸漸地損壞。

20幾歲時，她刷牙時牙齦開始會流血，但她仍不以為意，就這樣又過了幾年。

直到她覺得牙齒「怪怪的」，才想到去看牙醫。除了下排右邊第2科門牙用手壓一壓，牙齒下方會流出膿液外，一咬蘋果，上門牙還會出血。

那時愛琳工作的醫院正巧開了牙科門診，新來的牙醫師一看她牙齒的狀況，立即告知可能是嚴重的牙周病，趕緊介紹

她到醫學中心找牙周病專科醫師掛號。

果然，牙周病專科醫師診斷後，愛琳牙周被破壞的程度嚴重，醫師做完診斷和評估後，馬上設計治療計劃，每次只能清潔8顆牙齒，有的牙齒還需靠手術才有辦法清到。

那時愛琳也不過29歲。治療牙周病的同時，醫師也建議愛琳，同時看根管治療科和齒列矯正科的醫師，對特定的牙齒做治療。

不只如此，愛琳並且在朋友介紹的開業牙醫診所做牙套，連同在醫學中心跑的3個科別，她同時看了4位牙醫，花了近一年的時間才將滿口的問題整頓好。

牙齒生了場大病後，愛琳終於向牙醫師學得正確刷牙的方法，讓她的牙齒健康不再惡化。從那之後，愛琳每天至少刷兩次牙，並定期讓牙醫洗牙、檢查牙齒。從29歲到現在39歲，愛琳的牙齒再也沒有出現問題。

不要以為愛琳的牙周病只是10年前舊時代的事件或者特殊的例子。雖然沒有正式的統計數字，牙醫師多半表示，台灣人約有9成患有程度不一的牙周病。雖然好發在成年人，但有些人青春期就出現牙周病。

牙周病看不見

中華民國牙醫師公會全國聯合會理事蘇鴻輝表示，牙周病不像齲齒會痛、會酸，總是悄悄地進行，不易被發現。加上台灣目前口腔公共衛生的著力點在兒童齲齒問題，希望再過3~5年，齲齒率下降時，能同時注意牙周病的防治。

「美國人也是有8、9成的人患牙周病，但因為提早檢查，他們多是程度輕微的病人，但台灣的8、9成程度較為嚴重。」台北馬偕醫院牙周病科主治醫師陳立盛表示。

沒有控制的牙周病，不只讓牙齦出血、浮腫、牙齒脫落，還可能影響全身的健康。

近年的研究指出，嚴重牙周病患，心肌梗塞和中風等心臟病發作的機率是非牙周病患的2倍。此外，牙周病孕婦生下早產且體重過輕嬰兒的機會是非患者的7倍。

不只如此，牙周病與冠狀動脈疾病、糖尿病、骨質疏鬆、呼吸道疾病也都有關。

美國牙周病醫學會從1998年7月起，便開始教育民眾，提醒牙周病口腔感染可能影響身體其他部份的健康。

牙周病有不同的類型，最常見的是牙齦炎和牙周炎。「牙周」指的是支持牙齒的組織，包括牙齦、齒槽骨、骨頭的骨質、牙周的韌帶等等。

這些部位病變的成因主要是潔牙不當，造成細菌在牙齒與牙齦接縫處漸漸堆積，產生肉眼看不見，透明而黏稠的牙菌斑。細菌產生的毒素會刺激牙齦，造成牙齦發炎、浮腫、易出血。牙菌斑日積月累，連同唾液中的物質會形成牙結石，然後牙結石上方再蓋一層牙菌斑，如此不斷地交互堆疊，「就像珊瑚生長一樣，」中華民國牙周病醫學會監事陳柏堅形容。

他表示，口腔內細菌有三百多種，目前與牙周病相關的細菌有十多種，其中對牙周破壞力最強的是厭氧性細菌。如果沒有及時控制細菌，「細菌常是一個帶著一個來，先到的營造適合下一種細菌生長的环境，繼續破壞組織的工程，」陳柏堅解釋。

發炎的牙齦遭到破壞後，與牙齒分離，形成容易藏污納垢的囊袋，牙周的健康更形惡化。再不清除，囊袋就像細菌進入齒槽骨和體內的大門，除了可穿過牙根表面外，也可藉著血流跑到全身，勢力範圍不斷地擴張。

破壞到達一定程度時，就像房子的地基被掏空，牙齒就會因不穩固而搖動，甚至脫落。

牙周病也可能影響患者的社交與心理。停留在口腔中的細菌發酵，會產生口臭的問題，此外，牙齦、牙基遭破壞，讓齒縫隙變大、甚至往外暴出，影響美觀。

牙周病也會傳染

分子流行病學的研究還指出，牙周病也會傳染給子女和伴侶，實在不可掉以輕心。牙周病防治學術基金會建議，如果有下列的任何症狀，應該立即找牙醫或牙周病專科醫師：

- 牙齦易流血
- 牙齦紅、腫有觸痛感
- 牙齦有被從牙齒剝開的現象
- 牙齦受壓時，有膿從牙齒和牙齦之間流出
- 持續性的呼吸臭味或怪的味覺
- 牙齒鬆動或逐漸分離，有縫隙產生
- 當咬合時你的牙齒有任何的改變
- 活動假牙的適合度有任何改變

就醫時，牙醫師會拿一根牙周探測器，插入牙齒與牙齦間，測量深度。如果牙齦狀況良好，深度應只介在2~3毫米間，大於3毫米就表示已形成囊袋，愈深就代表牙周遭破壞更嚴重。

由於肉眼看不見牙菌斑，必須在牙齒先塗上牙菌斑顯示劑，牙菌斑堆積的地方會呈現粉紅色。這項檢查，也會在日後病人的回診中不斷地重覆，提醒病人牙齒清潔死角，調整刷牙方法。

至於位在深層，牙根周圍、齒槽骨遭破壞的程度，就需用X光檢查透視。

每個患者個別情形、個別牙齒狀況、還有其他健康問題不同，牙醫師在診斷、評估過牙周狀況後，會針對個人擬出治療的計劃，包括治療方法、耗費的時間與花費。

由於過程繁複，還有治療後保養功夫很重要，病人在決定牙周病治療方法還有接受治療前，應該先接受正確的牙周病和口腔衛生教育，牙周病專科醫師陳柏堅強調。

牙周病治療首重清潔

平時潔牙不徹底，會枉費牙周病的治療。牙周病復發機率高，為了避免問題重覆，「確定病人口腔衛生能做得好，再做治療，」馬偕醫院牙周病科資深主治醫師陳立盛也提醒，清潔做得好，一次療程就可，不要再給自己第二次療程的機會。

陳立盛笑說最怕病人一來什麼也不學，就只想要動手術，「不是動手術就能保護牙齒，」他認為，醫病間要充分溝通，共同做好「牙周病管理」。

綜合受訪牙周病專家的建議，牙周病患者找醫師及就診時，應注意：

1.到牙周病專科醫師門診就醫，或由家庭牙醫師轉介。判別是否為牙周病專科醫師的方法是，該醫師具有中華民國牙周病醫學會訓練的證書，也可打電話向牙周病醫學會查詢(02)89352721。

2.醫師是否為你做詳細的檢查，例如牙周檢查包括X光檢查，不是光看一看。醫師有無詳細解釋，與你討論？

3.就醫時應該問醫生：

- 牙周病嚴重的程度、選擇特定治療方法的目的與效果。
- 治療要經歷的時間、費用。
- 何時該回診？

牙周病治療略分為非手術治療和手術治療，首要的目的都是在清除牙菌斑和結石，台大醫院牙周病科主治醫師劉謙美表示，在控制發炎以後，接下來是才是修復組織，甚至讓損耗的組織再生。

非手術治療指的是用機器和器械清除牙菌斑和牙結石。除了靠專業的超音波洗牙外，結石程度較嚴重的病人，醫師也會先上麻醉藥，再用刮子深入牙齦下方刮除囊袋內以及牙根表面的結石(牙根整平術)。

有些病人的治療只需要非手術治療，但若是結石的部位太深，例如深及囊袋底或牙根，就需先用牙齦翻瓣手術，將受

感染的牙齒牙齦掀開，等清潔完畢，再將牙齦縫合。

雷射只能做輔助性治療

近幾年，台灣也引進雷射治療牙周病，主要的目的是利用雷射高溫殺菌以達到清潔的效果。不過，許多牙醫師對雷射持保留的態度，認為只能做「輔助性」的治療，無法單靠雷射就控制牙周病。

目前雷射應用在硬組織仍有許多限制。因此，當損害傷及齒槽骨的病人，還是得利用傳統手術，整平骨頭凹凸不平的表面，讓細菌不易聚集，也加速囊袋的癒合。

若是細菌的破壞已達牙根周圍的齒槽骨，病患可能需要接受直接的骨組織移植以填滿骨缺損空間。或是在囊袋加入具生物相容性的填充物，刺激周圍組織和骨細胞再生。

「無論填充物是什麼，裡面必含生長因子，刺激周圍細胞生長，」台大醫院牙周病醫師劉謙美解釋各種組織再生方法的基本原理。

其他治療的方法還有牙根切除術、牙冠延長術、整型手術等等。

這些琳瑯滿目的治療方法都是為了一個重要的目的——保留牙齒，若是這些方法都無助於保留牙齒，或者留下的牙齒只是更礙健康，患者應與醫師討論是否拔牙、做假牙，或者做植牙（植入人工牙根再做假牙）。

健保能給付的範圍只涵蓋傳統手術清除牙結石的部份，其餘的治療或整型方法多是自費項目。

保持良好的口腔清潔是省下這些費用的不二法門。患了牙周病可能勞民又傷財，最好還是及早預防，或者治療後就不要再復發。（審稿專家：台北榮民總醫院牙周病科主治醫師賴玉玲）

[/color]

[IMG]http://i651.photobucket.com/albums/uu231/nien_0109/VM/Untitled_526F672Cyyy_526F672Cgif.gif[/IMG]
>>[b][color=Red] <http://goo.gl/pAZsU> [/color][b] [color=Blue][b] (心動不如行動，★機會是給積極主動的人！★
了解對您絕無損失，別錯失了一個幸福生活的改變契機！) [/b][/color]

Edited 1 time(s). Last edit at 11/26/2012 10:37PM by mepoadm.
