

kierko / March 01, 2014 11:19AM

[牙齦出血要治更要防](#)

專家表示，健康的牙齦在刷牙、進食時是不出血的，如果出現這種問題，極有可能是患上了牙齦炎，甚至可能是全身性疾病的表現。

專家說，牙齦炎是最常見的一種口腔疾病，每個人都可能發生，表現為牙齦紅腫、充血，刷牙時牙齦易出血。這是因為牙齒周圍堆積了大量的菌斑、軟垢和牙石。菌斑由大量的微生物組成，這些微生物的代謝產物刺激牙齦產生炎症。而健康牙齦為粉紅色，質地堅韌，即使刷牙時用力較大也不會引起出血。

牙齦出血怎麼防

專家表示，在刷牙時發現牙齦出血，可先檢查自己的牙刷刷毛是否過硬。如果是由於刷毛過硬引起的出血，更換軟毛小頭的保健牙刷後一般可以自行停止。平時更要養成良好的口腔衛生習慣，做到以下4點：

- 1、每餐飯後及晚上要漱口，牙齦炎患者可使用漱口水，達到殺滅口腔及牙周大部分致病菌，使口氣清新的作用。
- 2、堅持早晚刷牙。牙齦炎患者應選用藥物牙膏刷牙，最好買幾種不同的具有止血功效的藥物牙膏交替使用，最好使用不同的品牌。
- 3、每天應使用牙線（最好是每餐飯後和晚上睡覺前），牙間隙過大的還應使用牙縫刷，清除牙面和牙周的汙物和食物殘渣，防止牙垢和牙結石的形成。
- 4、定期到醫院洗牙是非常重要的牙齒保健方法，一般半年到一年一次。若是牙周病的患者，要進行系統的牙周治療。

專家強調，也有一部分牙齦出血是由於全身性疾病所引起的，這類牙齦出血往往是全身疾病的臨床症狀之一。比如患壞血病的病人口腔牙齦呈暗紅色腫脹，腫脹的牙齦有時可遮蓋牙冠。又如白血病、血友病、血小板減少性紫癜、再生障礙性貧血等疾病，常表現為牙齦出血或拔牙後出血不止，用一般的止血方法不易止住。此外，肝硬化、脾機能亢進、腎炎後期等也可發生牙齦出血。如果是這樣，應及時就診，排除口腔問題，然後請內科醫生詳細檢查，找出引起出血的原因，對因治療。

因此，早做好牙齦出血預防才能避免牙齦出血疾病，牙齦出血不能大意，該怎麼防要知道。

[\[url=http://shanghehu.cocolog-nifty.com/\]](http://shanghehu.cocolog-nifty.com/)[\[color=white\]\[size=1px\]懷靜夜思\[/size\]\[\[/color\]\[\[/url\]](#)

[\[url=http://10107570.point-b.jp/b/index.php\]](http://10107570.point-b.jp/b/index.php)[\[color=white\]\[size=1px\]愛と行動のペン\[/size\]\[\[/color\]\[\[/url\]](#)

[\[url=http://shierai.fruitblog.net/\]](http://shierai.fruitblog.net/)[\[color=white\]\[size=1px\]月明かりの辺境\[/size\]\[\[/color\]\[\[/url\]](#)

[\[url=http://weuroto.lacocelera.net/\]](http://weuroto.lacocelera.net/)[\[color=white\]\[size=1px\]weuroto\[/size\]\[\[/color\]\[\[/url\]](#)

[\[url=http://www.famitsu.com/cominy/?m=&a=page_fh_diary_list&target_c_member_id=130386\]](http://www.famitsu.com/cominy/?m=&a=page_fh_diary_list&target_c_member_id=130386)[\[color=white\]\[size=1px\]全是情动的伤\[/size\]\[\[/color\]\[\[/url\]](#)
