

edlyn052898 / July 27, 2016 05:01PM

[晶悅美學牙醫診所:切勿輕忽牙周病嚴重性 學習正確潔牙順序與姿勢](#)

台灣民眾從青壯年至老年人，各個不同年齡層普遍都有牙周病的問題，牙周病初期輕微狀況可能有刷牙時牙齦流血或輕微腫痛的狀況，多數人會認為此狀況為睡眠不足或壓力太大所造成，進而錯過治療牙周病的黃金期。晶悅美學牙醫診所專業醫師指出，造成牙周病纏身多數原因為口腔清潔不足、刷牙姿勢不良或未養成半年定期洗牙及口腔檢查的習慣，使得牙周病找上身。

若未養成良好潔牙習慣，容易造成牙菌膜堆積於牙齦邊緣，進而造成牙齦出現發炎情況，此狀況稱之為牙齦炎，也就是輕微牙周病的狀況；若牙齦發炎狀況未獲得良好的治療，便會衍伸為牙周炎即為牙周病。晶悅美學牙醫診所專業醫師表示，牙周病惡化狀況快速，當患者出現牙周袋時，牙周袋容易堆積殘渣且不易清潔，造成細菌大量繁衍，細菌不斷向牙根蔓延侵蝕，嚴重時會發生牙齒自然脫落的情況。

牙周病所引發的一連串疾病如此可怕，想要預防牙周病，平時的口腔清潔就尤為重要，牙醫師李昆縉建議，每天早晚都要徹底清潔牙齒，減少口腔內的細菌量。刷牙時要將牙刷放在牙齒與牙齦間，以45度和60度橫刷，或朝向牙齒方向刷，一定要刷到牙縫與牙齒、牙齦之間的牙齦溝，牙縫小的地方再用牙線清除，牙縫大的地方則使用牙間刷，避免牙菌斑藏在死角，刷對地方比刷牙的次數更加重要。

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>

---