



牙齒知識

■ 李德星牙醫博士

口腔保健是長壽的基礎

很多人都明白牙周病若被忽視便很容易會使牙齒脫落，但鮮為人重視的是牙周病可能帶來的其他奪命重症：如心肌梗塞、中風等心血管病患，又會使孕婦早產的機會增加，會使糖尿病患者病情惡化。

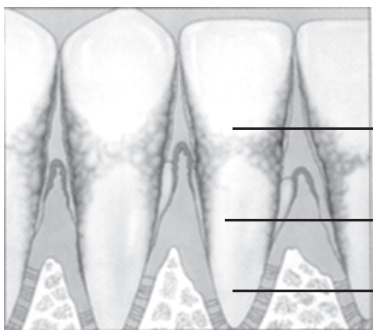
三十歲以上的人，有近九成都會有過牙齦發炎現象，即輕度牙周病。五十歲以上的人，有三成患有中度或較為嚴重的牙周病。

牙周病有以下症狀：

1. 牙齦鬆弛、充血、腫脹。
2. 刷牙，用牙線或咀嚼時牙齦出血。
3. 牙齦及牙齒疼痛，或發癢敏感。
4. 長期有口臭又與所吃的食物無關。
5. 牙齦頂部的顏色不是正常粉紅色，而是鮮紅色或暗紅色。
6. 牙齦有退縮現象，看起來牙齒伸長。
7. 近牙頸部兩牙之間的空隙逐漸增大。

牙周病患者多不自覺

如果你發覺到你上述的情況，你應該自己警覺，因你可能已患有牙周病了。不用害怕，



- ① 菌斑和牙石
- ② 牙周袋
- ③ 骨質破壞

(圖 1)

如果在牙周病早期階段得到恰當的治療，牙周病是可以控制和可以治癒的。在牙周病的早期，菌斑(Plaque)集結在牙頸部，繼之是牙石(Calculus)沈積在牙齒表面，在牙頸及牙齦下面。若不小心護理，細菌大量繁殖開始破壞牙周支持組織，形成牙周袋，使更多地方容易集結菌斑、牙石、細菌。再發展下去就是牙齒周圍組織被破壞，無法支持牙根，牙齒開始鬆動，最後脫落。

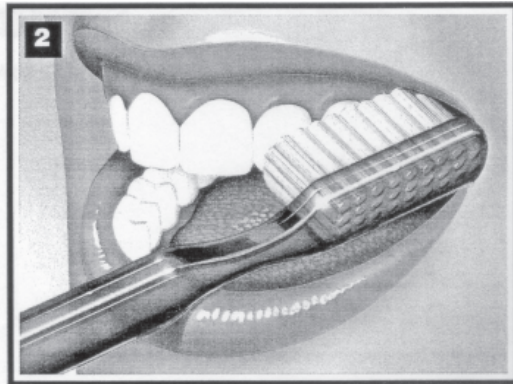
牙周病菌進入血管內

牙周病不及早治療，細菌大量繁殖，這些細菌及毒素有機會進入血液循環系統。實驗資料顯示參加者用左側牙和右側牙各咀嚼口香糖五十次，測驗咀嚼前後所抽血液中毒素的含量，其結果是有中度或以上牙周病患者較正常無牙周病者高出四倍。雖然我們還未能查出這些細菌毒素怎樣進入血管，但以上實驗肯定了牙周病菌及其毒素有辦法進入血液循環系統。這對某些有先天性或後天性心臟病患者俱有很大的影響。由於心臟有不同程度的缺陷細菌比較容易停留，感染心臟內膜，導致亞急性細菌性心內膜炎。進入血液循環的細菌會附著在冠狀動脈內，形成栓子。這條動脈是心臟供血的主要來源，如果栓子形成，阻塞正常血液循環，限制了氧氣的供應，會導致心肌梗塞(Heart Attack)。

牙周病患者其冠狀動脈疾病的發病率比沒有牙周病者高出一倍。同樣的情況如果這些栓子脫落而隨著血流到身體的其他部位，如到腦部，就可能引起不同程度的中風(Stroke)。

牙周病增加婦女早產的發病率

最近測驗報告，有牙周病的孕婦若及早接受

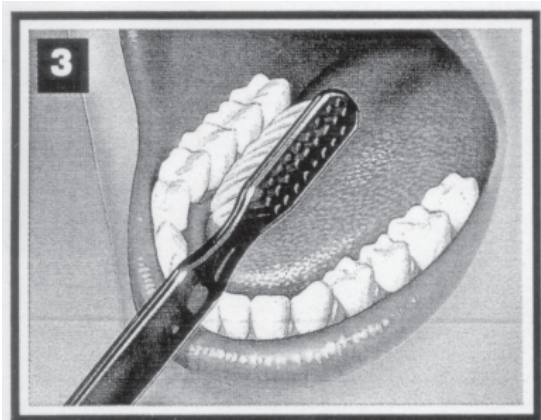


吸煙可能不是造成牙周病的起因。但最近研究指出，吸煙者比不吸煙者牙周病發病率是高出四倍。而且吸煙者的牙周病患發病範圍，牙槽骨吸收以及牙齒鬆

吸煙會使牙周病細菌更活躍

能不是造成牙周病的起因。但最近研究指出，吸煙者比不吸煙者牙周病發病率是高出四倍。而且吸煙者的牙周病患發病範圍，牙槽骨吸收以及牙齒鬆

治療，可大大減少早產的發病率。在芝加哥二〇〇三年夏天，有三百六十六位患有牙周病的孕婦接受此項測驗，結果發現接受了牙周病療程的孕婦比沒有接受牙周病療程的孕婦減少百分之八十四的早產發病率。美國牙周病學院多個測驗結果都證實早產婦女之中有牙周病患者比無牙周病患者多出七倍。



動的程度都較為嚴重。每天吸煙少於十支的牙周病發病率比不吸煙者高出三倍。每天吸煙多於三十支的牙周病發病率比不吸煙者高出六倍。同時菸草還會減少輸送到牙齦組織的氧氣及營養，也會減低唾液中的抗體成份，而影響傷口的正常癒合。

口腔保健實是長壽之道

口腔衛生與心血管病既然有如此密切的聯繫，如你保持良好的口腔衛生也就能在某些程度上預防某些心血管疾病，或以上敘述的其他嚴重病症。健康的口腔最少也能減少以上疾病感染的機率，實是長壽



STANLEY T. LEE
D.D.S.



WINNIE LEE
D.D.S.

LEE DENTAL GROUP
李德星牙科中心
STANLEY T. LEE D.D.S.
WINNIE LEE D.D.S.
JENNIE LEE, D.D.S.

**聖荷西
大華商場診所**

1628 Hostetter Rd., #J
San Jose, CA 95131
(408)929-9999

**Cupertino
大華商場 99 對面**

1698 S. Wolfe Rd.
Sunnyvale, CA 94087
(408)830-0888

**Almaden/Cambrian
南聖荷西總診所**

1095 Branham Ln. /
Almaden
(408)978-8888

的基礎。
要保持良好的口腔衛生，必須從幾個方面著手：
一、合理的刷牙以及使用牙線。
二、定期去牙醫診所檢查及接受必要的治療。
三、如果有心臟病在接受牙科手術前要讓牙醫及心臟科醫生知道，可能先要服用指定的抗菌藥物。

