

# 向口臭、刷牙流血說拜拜 「牙周病」的跡象與治療

◆文 / 黃志浩（花蓮慈濟醫學中心牙科主治醫師）

王小姐今年三十六歲，近半年來常常警覺到自己有刷牙流血的情形。一個月前，男朋友開始抱怨王小姐有嚴重的口臭，雖然每天都有刷牙，口臭仍然持續存在。在照鏡子時，她自己也發現門牙有稍微外開的現象。由於事業正在起步，需要花時間照顧，王小姐已有多年未曾看牙了，在驚覺到外觀開始變化，王小姐下定決心找牙醫師一探究竟。

在鄰近的診所，王小姐接受了初步的檢查。牙醫師發現王小姐的牙齦邊普遍長了許多黑硬硬的牙結石，旁邊的牙縫裏還堆積了不少的食物殘渣，全口牙齦則普遍有紅腫的情形，稍微碰到，牙齦便會流血，外開的門牙更有鬆動的現象。診所牙醫師警覺到這不是單純的牙齦發炎，在照完局部的X光片確定為牙周病後，王小姐便由診所醫師轉介到醫院牙周病科接受治療。

## 牙周病的原凶是細菌

牙周病科醫師在得知王小姐的求診目的後，首先安排一系列的牙周病檢查，這包括全口十多張的牙科X光片與臨床牙周囊袋探測記錄。因為牙縫變大外開，牙周病醫師還特別印製了牙齒模型以分

析咬合的情形。雖然這些檢查耗費了近兩個小時的時間，但透過牙周病醫師對檢查結果的詳細說明，王小姐了解到自己牙周健康狀況之全貌，知道齒槽骨吸收與牙齒動搖的關連，更明瞭原來牙周病的原兇是細菌。

由於王小姐因刷牙方法不正確而造成口中常有細菌殘留，牙周病醫師首先以顯色劑讓王小姐看到吸附在牙齒及牙根附近的細菌，並在鏡子的輔助之下，細心地指導王小姐正確的刷牙要領，及如何使用牙線及牙間刷以清潔牙縫。跟著，牙周病醫師以超音波洗牙機清除口中大部分的牙結石。在隨後的三到四次門診中，牙周病醫師一方面清除牙齦下方殘餘之牙結石與細菌，另一方面持續鼓勵王小姐正確地潔牙以確保治療的效果。在相互合作之下，約四到六周，王小姐的牙周病獲得了初步控制。雖然過程之中偶爾會有冷熱敏感的情形，但之前的口臭、刷牙流血及牙齦發炎在初步治療之後就都不見了。

男朋友不再抱怨王小姐有口臭，但微微的門牙外開及牙齒鬆動仍困擾著王小姐。在之前的診療中，王小姐瞭解到牙齒鬆動與牙周組織破壞的關係，也知道

可以利用再生手術的技術來再生部分的受損組織，便與牙周病醫師商量再生手術的可行性。在維持高標準的口腔清潔一段時間後，牙周病醫師安排王小姐於門診接受手術。局部麻醉下，牙周病醫師在王小姐的牙齦做個小切口，經過適當的清創，植入再生物質及人工骨粉，再予以縫合後便完成了手術。配合術後的清潔與支持性回診，及矯正醫師的局部矯正，王小姐的牙齒不再鬆動，並恢復原有的美麗與自信。

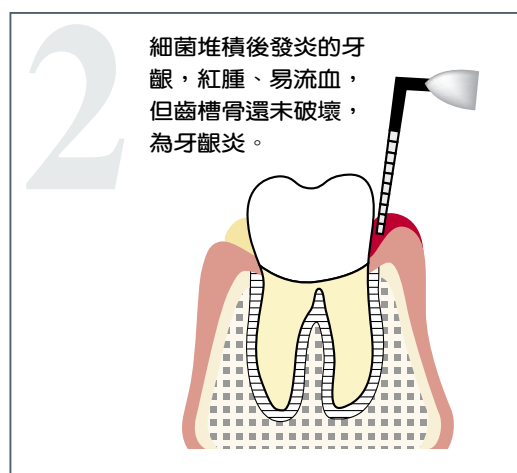
### 四分之三的成人有牙周病

罹患牙周病並不一定會造成疼痛，而一般人也多是在很嚴重時，才會發現到它的存在。雖然如此，它確實在大約四分之三以上成人身上可被發現，只是嚴重程度上有所差別而已。

到底從那些跡象可以知道我可能已經罹患了牙周病呢？假如你警覺到自己有刷牙時牙齦流血，牙肉紅腫痛，牙肉萎縮，持續口臭，牙齦化膿，牙齒鬆動或越來越開，咬合改變，或活動假牙不密合等癥兆時，你應該考慮請牙醫師檢查一下自己是否已經得到了牙周病。

治療牙周病的方法通常會因牙周病

### 牙周病圖例與說明



的嚴重程度而有所差異，但第一步病患大多得先學習並養成正確的刷牙與使用牙線或牙間刷習慣，接受全口洗牙以去除造成口腔髒亂的牙菌斑及牙結石。接著，牙周病醫師會再用牙周刮匙將發炎的牙根表面整平，以幫助牙肉恢復健康。偶爾，牙周病醫師會做些咬合調整，有時也會用些抗生素或漱口水來抑制細菌的生長。

當牙周病很嚴重如牙周囊袋大於四到六毫米時，無論是醫師或病人，都很難將牙肉下的細菌及牙結石清乾淨，此時就可能需要藉由手術來減少囊袋深度，以進一步回復牙周健康。

在手術中，牙周病醫師先翻開牙肉，清掉造成發炎的細菌、牙結石及感染的牙肉，再刮平牙根表面，將牙肉縫合回原位或移到新位以幫助癒合後的清潔。偶爾在手術中也必須做骨頭的修形或重建，此時便需要一些移植骨、再生膜或再生組織。另外鬆動的牙齒，有時也可利用夾板來提供暫時固定，以幫助術後的癒合。

當牙周恢復健康後，應按照醫師指示做定期回診，才可確保牙周病不再復發。

