

خونریزی لثه؛ دلایل و درمان



ممکن است هنگام کشیدن نخ دندان یا حتی مسواک زدن، لثه‌ها دچار خونریزی شوند اما چرا لثه‌ها هنگام استفاده از نخ دندان خونریزی می‌کنند؟

ممکن است هنگام کشیدن نخ دندان یا حتی مسواک زدن، لثه‌ها دچار خونریزی شوند اما چرا لثه‌ها هنگام استفاده از نخ دندان خونریزی می‌کنند؟
به گزارش ایسنا، روزنامه جام جم نوشت: «نخ دندان کشیدن، بخش مهمی از سلامت دهان و دندان است. استفاده روزانه از نخ دندان علاوه بر مسواک زدن می‌تواند به از بین رفتن تجمع پلاک قبل از تبدیل شدن آن به جرم کمک کند. اگر به طور منظم نخ دندان نکشید، ممکن است خط لثه شما تحریک، ملتهب و متورم شود. تشکیل باکتری‌ها، جرم‌ها و پلاک‌ها در امتداد خط لثه باعث ایجاد ظاهر ناسالم در لثه‌ها و عقب نشینی آنها از روی دندان‌ها می‌شود. همچنین ممکن است هنگام کشیدن نخ دندان یا حتی مسواک زدن، لثه‌ها دچار خونریزی شوند اما چرا لثه‌ها هنگام استفاده از نخ دندان خونریزی می‌کنند؟ موارد زیر می‌تواند عامل خونریزی لثه‌ها باشد.

بیماری پریودنتال
شایع‌ترین دلیل خونریزی لثه‌ها بیماری پریودنتال است که اگر در مراحل اولیه تشخیص داده شود با درمان قابل برگشت است. التهاب لثه ممکن است ناشی از پلاک باکتریایی یا جرم‌هایی باشد که در زیر بافت لثه گیر کرده است. جرم‌گیری لثه و پروفیلاکسی (مصرف دارو برای جلوگیری از بیماری) و افزایش مراقبت‌های بهداشتی به بهبود وضعیت بیمار کمک می‌کند. توجه داشته باشید که پریودنتال پیشرفته می‌تواند خطر ابتلا به دیابت، بیماری‌های قلبی، ریوی، سکنه مغزی و آرتریت را افزایش دهد.

تغییرات هورمونی
در دوره‌هایی مانند چرخه قاعدگی، دوران بلوغ، بارداری، مصرف داروهای ضد بارداری و یائسگی رخ می‌دهد. افزایش سطح هورمون‌هایی مانند پروژسترون می‌تواند جریان خون را افزایش دهد و به التهاب یا خونریزی لثه منجر شود. هورمون‌ها همچنین می‌توانند باعث ایجاد تغییراتی در رگ‌های خونی و پاسخ ایمنی بدن شوند که صرف نظر از باکتری‌ها و پلاک موجود، باعث خونریزی لثه‌ها می‌شود. بهترین راه برای کنترل خونریزی لثه توجه به بهداشت دندان‌ها به ویژه در نزدیکی خط لثه است.

شرایط پزشکی
برخی شرایط پزشکی مانند کمبود ویتامین C یا K می‌تواند باعث شود لثه‌ها هنگام مسواک زدن یا کشیدن نخ دندان خونریزی کنند. خونریزی لثه همچنین ممکن است نشانه یک بیماری سیستمیک مانند دیابت باشد که به خوبی کنترل نشده یا هنوز تشخیص داده نشده است. سایر شرایط پزشکی که می‌تواند بر لثه‌ها تأثیر بگذارد شامل لوسمی و هموفیلی است.

نخ دندان کشیدن یا مسواک زدن به روش اشتباه
میزان نرمی موه‌های مسواک می‌تواند بر لثه تأثیر بگذارد. استفاده از مسواک سخت یا وارد کردن فشار زیاد ممکن است باعث خونریزی لثه شود. کارشناسان مسواک زدن حداقل دو بار در روز و هر بار به مدت دو دقیقه را توصیه می‌کنند. نحوه استفاده از نخ دندان هم روی لثه‌ها تأثیر می‌گذارد. کشیدن نخ دندان باید با ملایمت و در راستای انحناهای هر دندان صورت بگیرد.

چه زمانی به پزشک مراجعه کنیم؟
لثه‌های شما ممکن است هرازگاهی خونریزی کند. اگر در استفاده از نخ دندان تازه کار هستید، در چند هفته اول منتظر خونریزی باشید. بعد از مدتی این مشکل برطرف خواهد شد. خونریزی لثه در اغلب موارد مشکل جدی‌ای نیست اما اگر لثه‌های شما به طور مرتب خونریزی می‌کنند، همچنین اگر متوجه دردهای دهانی، تورم، لق شدن دندان یا افزایش خونریزی لثه شدید باید زودتر

به دندانپزشک مراجعه کنید.
منبع: clevelandclinic.org