



علل و درمان بوي بد دهان

علم بهداشت، بوي بدن و بخصوص بوي بد دهان يي شك يك از دغدغه هاي اغلب افراد بشمار مي رود. سالانه ميليون ها تومان صرف درمان بدبوبيي تنفس ميگردد. يك آمار غير رسمي حاكي از آن است كه بيش از 200 ميليون نفر در دنيا به اين عارضه دچار مي باشند.

مشكل بوي بد دهان مي تواند به مشكلي آزار دهنده و پردردسر تبديل گردد كه حداقل آن تاثير ناگوار آن در روابط اجتماعي و زناشويي نمايان ميشود.

تنفس بدبو قابل درمان بوده و ميتوان تا حد زيادي آنرا تقليل داد. نکته مهم اطلاع داشتن از منشاء و دلایل اين پديده ميباشد.

تنفس بد بو

تنفس بد بو نوع شديدي از عارضه بد تنفسي بوده و نبايد آنرا با بوي بدتي كه بدليل مصرف مواد غذايي خاص مانند سير و پياز ناشي ميگردد، اشتباه گرفت.

در بيشتر موارد، تنفس بد بو بخاطر رعايت نكردن دقيق بهداشت دهان و دندان، در لثه و زبان نشات مي گيرد. باكتريهاي مختلف و تجزيه شدن مواد غذايي نيز در بوجود آمدن اين عارضه مؤثر ميباشد. تجزيه مواد غذايي منجر به توليد گوگرد و در نتيجه باعث ايجاد بوي بد خواهد گرديد.

برخلاف تصورات عاميانه، بوي بد دهان توسط خود شخص قابل تشخيص نبوده و متاسفانه بايد بوسيله ديگران فهميده و در صورت نياز گوشزد شود.

علل تنفس بد بو

همان طور كه قبلا نيز گفته شد، بوي بد دهان مي تواند بر اثر رعايت نكردن مناسب بهداشت دهان و دندان حادث شود كه در اينجا به نمونه هايي از آن اشاره ميكنيم:

فساد دندانها

اگر دندانهايتان را مسواك نكرده و لابلای آنها را با نخ تمیز نکنید، دچار پوسیدگی دندان خواهید شد. فساد دندان بخصوص اگر در قسمت ریشه باشد، باعث ايجاد بويي بسيار نامطبوع در دهان ميگردد.

بيماريهاي لثه

غفلت نمودن از لثه ها بمرور زمان سبب تضعيف آنها خواهد شد. انباشتگي باكتريهاي در قسمتي كه دندانها به لثه متصل مي گردند، باعث ايجاد مشكلاتي از جمله بوي بد دهان ميشود.

فراواني باكتريهاي ناهوازي

باكتريهاي ناهوازي بصورت طبيعي در دهان رشد کرده و وظيفه تجزيه غذاهاي باقيمانده را به عهده دارند. اين باكتريها در برخي شرايط ميتوانند تكثير شده و باعث ايجاد گوگرد و در نتيجه بوي بد گردند.

برخي مواد غذايي، سبک زندگی و عدم رعايت مناسب بهداشت دهان و دندان ميتواند باعث گسترش اين ميكروب شود. محل رشد اين باكتري بيشتر در پشت زبان، مجراي بيني و گلو قرار دارد. در برخي افراد اين ميكروب به دليل داشتن زمينه هاي طبيعي و بـ دلایلي كه ذكر شد، بيش از حد لزوم توليد ميگردد.

زرمستوميا (نوعي از پديده خشك شدن دهان)

بزاق نقش مهمي در ايجاد تنفس مناسب ايفا ميكند. وقتي باكتريها شروع به تكثير و زياد شدن در دهان مي نمايند، بزاق باعث تقليل و كاهش آنها خواهد شد. از آنجايكه شب هنگام بزاق

كمتر ترشح مي شود، تكثير و توليد ميكروب در دهان وقتي كه فرد خواب است، بيشتر ميگردد.

بعلاوه كمبود بزاق باعث محروميت دهان از اكسيژن كافي شده و منجر به ايجاد شرايط مناسب براي تكثير باكتريهاي ناهوازي ميگردد. به همين دليل است كه برخي از افراد در صبح از تنفس بد بو رنج ميبرند.