

علل بوی بد دهان را بشناسیم

گاهی علیرغم مسواک زدن و نخ دندان کشیدن کامل و مرتب، بوی بد دهان برطرف نمی‌شود و در بسیاری موارد بوی بد دهان با خونریزی، تورم و یا درد در ناحیه دهان و گلو همراه است.



گاهی علیرغم مسواک زدن و نخ دندان کشیدن کامل و مرتب، بوی بد دهان برطرف نمی‌شود و در بسیاری موارد بوی بد دهان با خونریزی، تورم و یا درد در ناحیه دهان و گلو همراه است.

دکتر سعیدی متخصص دندانپزشک در کردستان در گفت و گو با (ایسنا)، با اشاره به اینکه اگر آنچنان که باید دندان‌ها را مسواک نزنید و نخ کشیده نشود، باکتری‌ها در دهان بر روی دندان‌ها و نیز لثه‌ها به مانند کپک در گوشه‌های مرطوب حمام تجمع می‌یابند، افزود: چنانچه دندان‌ها و لثه را از تجمع باکتری‌ها پاک نکنیم، فرآیند پوسیدگی ذرات غذایی به جا مانده در دهان توسط باکتری‌ها موجب آغاز بوی بد خواهد شد، لذا تجمع باکتری‌ها می‌تواند منجر به بیماری لثه شود و در بسیاری موارد ممکن است خونریزی و تورم لثه همراه با بوی بد رخ دهد.

سعیدی با بیان اینکه خشکی دهان نیز می‌تواند در بوی بدن دهان مؤثر باشد، افزود: در حالی که برخی از افراد به خشکی مزمن دهان مبتلا هستند، هنگامی که از خواب برمی‌خیزند با دهانی خشک و بد بو مواجه می‌شوند.

وی ادامه داد: بزاق حاوی آنزیم‌های محافظتی است که در کاهش تعداد باکتری‌های دهان نقش دارد زمانی که در طول شب جریان بزاق به گونه‌ای چشمگیر کاهش می‌یابد، لذا پس از بیداری با بوی بدن دهان مواجه می‌شویم.

این دندانپزشک با ذکر این نکته که داروها نیز می‌توانند موجب بوی بد دهان شوند، اظهار کرد: آنتی‌هیستامین‌ها و بسیاری از داروهایی که جهت رفع مشکل سینوس‌ها تجویز می‌شوند موجب بد بو شدن دهان می‌شوند، زیرا این داروها علاوه بر خشکی بینی موجب خشکی دهان نیز می‌شوند و در برخی موارد نیز بعضی از داروهای ضد افسردگی نیز موجب کاهش ترشح بزاق می‌شوند.

وی از دیگر عوامل موجد بوی بد دهان را عفونت راه‌های تنفسی و سینوس، التهاب لوزه‌ها و آدنوییدها، تنفس‌های دهانی، زخم‌های دهان، وجود دندان فاسد، آبسه‌های دندان، بیماری‌های کبدی و ریوی دانست.

سعیدی با بیان اینکه برخی ناراحتی‌های گوارشی که در آنها مواد غذایی به سوی مری باز می‌گردد (رفلاکس) نیز می‌تواند موجب بوی بد دهان شوند، تصریح کرد: در صورت بروز این علایم افراد باید هر چه زودتر به پزشک متخصص مراجعه و جهت رفع این مشکل اقدام نمایند.

وی بهترین راه برای برطرف ساختن بوی بد دهان را مسواک زدن مرتب، نخ دندان، مراجعه به دندانپزشک جهت معاینه و درمان مشکلات لثه دانست و ادامه داد: به منظور آگاهی از روش مناسب مسواک زدن در درگیری لثه، باید توجه داشت که داخل دهان را مسواک زده و باید تمامی ذرات غذا و تجمع باکتری‌ها را از دهان خارج کرد، همچنین لازم نیست در مسواک زدن دندان‌ها را بسائید، چند بار مسواک کشیدن بر روی آنها کافی است.

این متخصص با بیان اینکه برخی از افراد برای رفع بوی بد دهان خود اقدام به جویدن آدامس یا قرص‌های خوشبو کننده می‌کنند، تصریح کرد: استفاده از این مواد در کوتاه مدت بوی بد دهان را تغییر می‌دهند ولی به دلیل داشتن ترکیبات قندی سبب پوسیدگی و خرابی بیشتر دندان‌ها و تشدید بوی بد دهان می‌شود.

وی ادامه داد: باید توجه کرد که در برخی موارد احتمال اینکه پلاک‌ها سخت شده‌اند و التهاب لثه‌ها وخیم‌تر شده وجود دارد، بنابراین افراد باید این مشکل را جدی گرفته و در رفع آن اقدام نمایند.

