



## کاهش استرس و اضطراب در رفع خشکی دهان موثر است

يك فوق تخصص گوارش عنوان کرد: خشکی دهان به ویژه در سنین بالا می‌تواند ناشی از اختلال کارکرد در غدد بزاقی به دلیل افزایش سن باشد اما درعین حال باید توجه داشت این مسئله می‌تواند ناشی از برخی بیماری‌ها باشد...

يك فوق تخصص گوارش عنوان کرد: خشکی دهان به ویژه در سنین بالا می‌تواند ناشی از اختلال کارکرد در غدد بزاقی به دلیل افزایش سن باشد اما درعین حال باید توجه داشت این مسئله می‌تواند ناشی از برخی بیماری‌ها باشد.

دکتر شهرام آگاه در گفت و گو با ایسنا، ضمن بیان مطلب فوق افزود: برخی بیماری‌های خودایمنی می‌تواند باعث درگیری غدد بزاقی و اشکی به طور همزمان شود که علامت بارز آن اغلب خشکی دهان و خشکی چشم است و در این مورد به خصوص در افراد جوان و یا مبتلا به روماتیسم باید توجه ویژه‌ای شود؛ چرا که این خشکی دهان ممکن است ناشی از خشک شدن غدد بزاقی باشد.

وی تصریح کرد: همچنین بیماری‌ها مانند دیابت و افزایش قند خون به دلیل دفع بیش از حد آب نیز ممکن است باعث خشکی دهان شود و یا در اثر مصرف برخی داروها از جمله داروهای اعصاب، داروهای کاهنده فشارخون و آنتی کولینرژیک‌های می‌توانند باعث کاهش ترشح بزاق و خشکی دهان شود.

دانشیار دانشگاه علوم پزشکی ایران در ادامه افزود: مورد دیگری که مدنظر است استرس و عصبانیت دائم در افراد است که با تاثیری که بر اعصاب خودکار بدن می‌گذارد، می‌تواند باعث کاهش ترشح بزاق شده و خشکی دهان را به دنبال داشته باشد.

دکتر آگاه تأکید کرد: شناخت علت خشکی دهان و دوری از آنها مانند کنترل قند خون در مواردی که علت دیابت باشد و یا کاهش استرس و اضطراب و کاهش تحریک اعصاب سمپاتیک می‌تواند تاثیر به سزایی در کاهش این عارضه داشته باشد.

وی گفت: در مواردی که بیماری‌های خودایمنی علت خشکی دهان باشد، درمان بیماری زمینه‌ای و یا در صورت امکان کاهش دوز دارو می‌تواند در کاهش خشکی دهان نقش داشته باشد و در مواردی هم که خشکی دهان علت مشخصی ندارد معمولا تحریک کننده‌های بزاق که مهمترین آنها غذاهای ترش مانند آبلیمو و یا داروهای افزایش دهنده ترشح بزاق (که البته به دلیل عوارضی که به دنبال دارند باید تحت نظر پزشک مصرف شود) از راه‌های دیگر درمان خشکی دهان است.