

牙龈疾病

本概况介绍介绍了两种最常见的牙龈疾病形式：牙龈炎和牙周炎。

什么是牙龈炎？

牙龈炎是仅影响牙龈的炎症。牙菌斑会导致牙龈变红、肿胀和压痛。牙龈在刷牙时容易流血。

牙龈炎是可逆的，但是，如果不治疗，可能会导致更严重的疾病，称为牙周炎。

什么是牙周炎？

牙周炎是一种严重且不可逆转的牙龈疾病。牙周炎会导致牙龈深度发炎，影响将牙齿固定到位的骨骼。牙周炎通常进展缓慢，通常不痛。

如果不及时治疗，牙周炎可能会破坏将牙齿固定在骨骼中的附着，留下一个空间或“口袋”，使更多的细菌可以聚集并导致永久性骨质流失。牙齿松动，最终可能会脱落。

牙龈疾病有什么症状？

- 刷牙时牙龈出血
- 口臭或口腔有异味
- 发红和肿胀
- 牙龈萎缩
- 敏感牙齿，或
- 牙齿松动。

牙龈疾病的原因是什么？

牙龈疾病的主要原因是牙菌斑。这种无色、粘稠的薄膜含有数百万个细菌，并不断在牙齿上形成。

导致牙龈疾病的因素

- 牙菌斑没有每天去除则可能会堆积和硬化，形成牙结石（牙垢）。牙结石堆积在牙龈上下方，无法用牙刷去除。如果存在牙结石，则无法彻底清洁牙齿。

- 形状不良的补牙材料、局部假牙、牙冠和牙桥会使去除牙菌斑变得非常困难。
- 随着年龄的增长，您的口腔更容易患牙龈疾病。
- 有些情况会加剧现有的牙周炎（例如怀孕、糖尿病和免疫紊乱）。
- 吸烟会使牙周炎恶化，并可能通过减少牙龈的血液供应来掩盖问题。

我应该怎么做才能将患牙龈疾病的风险降至最低？

- 每天刷牙和使用牙线两次以去除牙菌斑。
- 局部假牙需要精心设计，应在治疗牙周炎后制作。在大多数情况下，睡觉时不应佩戴局部假牙。
- 定期去看牙医。您的牙科医生将帮助您制定有效的牙齿清洁方案。由牙科医生进行专业清洁是治疗牙龈疾病的重要部分。它可以去除牙齿和牙根表面的牙结石，从而修复牙龈。治疗可能需要通过多次预约完成。治疗不应推迟。
- 通过每天在家中清除牙菌斑（刷牙和使用牙线），以及牙科医生的定期监测和清洁，可以取得长期成功。

请记住

- 牙齿可以保持终生。牙龈疾病导致的牙齿脱落并不是衰老的必然结果。
- 通过有效的日常牙菌斑去除和专业的牙齿清洁，可以预防和/或控制牙龈疾病。
- 定期去看牙医进行检查和预防保健。

如需更多信息，请：

- 联系您的牙科医生
- 访问 www.health.qld.gov.au/oralhealth
- 每周 7 天、每天 24 小时致电 13 HEALTH（13 43 25 84），获取保密的健康建议
- 发送电子邮件至 oral_health@health.qld.gov.au