

زخم های دهان

زخم های دهان می تواند ناشی از عفونت، آسیب یا سرطان دهان باشد. این ورقه معلوماتی بعضی از زخم های رایج دهان، علائم و درمان آنها را توضیح می دهد.

عفونت و زخم دهان

تب خال ها (*herpes simplex*) معمولاً در لب ها و زبان رخ می دهد، اما همچنین می تواند در چشم ها، بینی و دست ها رخ دهد. زخم ها وقتی باز و آب بیرون میدهند عفونی هستند. پماد های تب خال از دواخانه ها در دسترس هستند و ممکن است ناراحتی را تسکین دهند.

برفک (*candidiasis*) یک عفونت قارچی است که در ابتدا به عنوان قسمت های سرخ در داخل دهان ظاهر می شود. با پیشرفت برفک، ممکن است یک لایه پوسته سفید ظاهر شود. این لایه را می توان به آسانی پاک کرد و بافت های زیر آن را «خام» جلوه داد. نظافت خوب، مانند شستن دست و عدم اشتراک وسایل غذایی به جلوگیری از انتقال عفونت کمک می کند. برای مشاوره و درمان با داکتر یا دندانپزشک مشورت کنید.

Angular chelitis می تواند به دلیل عفونت قارچی و یا باکتریایی، تغذیه ضعیف یا کمبود ایمنی ایجاد شود. *Angular chelitis* به شکل پوسته های سرخ و ترک خورده در گوشه های دهان که اکثراً وقتی دهان باز می شود خونریزی می کند، ظاهر میشوند. مرطوب نگه داشتن لب ها با چرب کردن لب، رعایت نظافت دهان و دندان و نوشیدن مقدار زیادی آب به جلوگیری از عفونت کمک می کند. برای مشاوره و درمان با داکتر یا دندانپزشک مشورت کنید.

التهاب بیره *herpetic* اولیه یک عفونت ویروسی بسیار واگیر است. باعث تب، تحریک پذیری، سردرد، درد در بلع و تورم غدد لنفاوی می شود. در عرض چند روز، دهان و بیره دردناک و بسیار ملتهب می شوند. زخم های پر از مایعات زرد ایجاد می شوند، ترک می خورند و زخم های کم عمق، پاره پاره و بسیار دردناک پوشیده از پوست خاکستری ایجاد می کنند. برای مشاوره و درمان با داکتر یا دندانپزشک مشورت کنید.

Trench mouth (التهاب بیره حاد *necrotising* زخمی) بسیار دردناک است. به نظر می رسد زخم های زرد و سفید به آسانی خونریزی می کنند. در حالی که به دلیل نظافت دهان و دندان ضعیف است، استرس و سیگرت کشیدن اکثراً کمک می کند. علائم شامل تورم غدد لنفاوی، تب و خستگی، طعم فلزی و احساس جدا شدن دندان ها است. برای مشاوره و درمان با داکتر یا دندانپزشک مشورت کنید.

آبسه دندان تورم های پر از چرک ناشی از عفونت در داخل دندان، عفونت بیره و یا آسیب به دندان است. آنها اکثراً دردناک هستند، اما نه همیشه. آبسه های دندانی می توانند باعث تورم صورت و یا بزرگ شدن غدد لنفاوی شوند. در موارد نادر، آبسه دندان می تواند باعث عفونت گسترده تر شود و ممکن است زندگی را به خطر مواجه کند. برای آبسه دندان:

- درد متوسط را می توان با دواهای ضد درد بدون نسخه کنترل کرد. این باید به روش معمول گرفته شود و به خود آبسه اعمال نشود.
- برای کنترل تورم از کمپرس سرد استفاده کنید.
- برای کاهش عفونت ممکن است آنتی بیوتیک تجویز شود. اما آبسه خود به خود خوب نمیشود و آنتی بیوتیک ها منبع عفونت را برطرف نمی کنند. برای درمان با دندانپزشک مشورت کنید.
- در صورت تورم صورت، با یک داکتر یا دندانپزشک بلافاصله مشوره کنید.

بیماری دست و پا و دهان یک بیماری بسیار مسری و شایع در دوران طفولیت است. علائم شامل آبله در داخل دهان و همچنین در دست ها و پاها است. اطفال مبتلا به بیماری دست، پا و دهان ممکن است تب داشته باشند، بی حس باشند و ممکن است یک یا دو روز خوب غذا نخورند. آبله ها ممکن است هفت تا 10 روز ادامه داشته باشند و در حالی که حاوی مایع می باشند می توانند ساری باشند. اجازه دهید آبله ها به طور طبیعی خشک شوند. آبله ها را سوراخ نکنید. برای مشاوره و درمان با داکتر یا دندانپزشک مشورت کنید. شستشوی خوب دست به جلوگیری از انتقال عفونت کمک می کند. دست ها باید حداقل 15 ثانیه با صابون و آب شسته شوند و قبل از دست زدن به غذا، پس از رفتن به تنهاب و یا تبدیل نمودن پوشک، کاملاً خشک شوند.



جراحات دهان

خونریزی و تورما به لب، گونه یا بیره باید به شرح زیر درمان شود:

- یک بانداژ پاک یا دستمال تاب شده را روی زخم بگذارید و فشار محکم وارد کنید.
- بنشینید و فشار را حداقل ده دقیقه حفظ کنید. به صورت هموار دراز نکشید.
- اگر خونریزی قابل کنترل نیست، فوراً به داکتر مراجعه کنید.
- برای تسکین تورم و درد از کمپرس سرد استفاده کنید.
- برای اطمینان از اینکه دندان ها و دهان شما برای آسیب جدی تر بررسی می شوند، از داکتر یا دندانپزشک مشاوره و درمان بگیرید.
- دهان شویه آب نمکدار-گرم (نصف قاشق چایخوری نمک در یک پیاله آب نیمه گرم) می تواند پس از کنترل خونریزی استفاده شود. این خطر عفونت را کاهش می دهد و به بهبودی کمک می کند.

لب یا گونه دندان گرفته شده می تواند در هنگام غذا خوردن، در نتیجه افتادن یا پس از بیهوشی موضعی رخ دهد. اگر لب یا گونه بی حس مکیده، دندان گرفته یا مالیده شود، بدون اینکه بیمار متوجه آن شود، می تواند آسیب ببیند. منطقه آسیب دیده اکثراً شبیه یک سوختگی کیمیایی به نظر میرسد. هنگامی که حس به این قسمت بر می گردد، ممکن است بسیار دردناک باشد. تورم و عفونت نیز ممکن است رخ دهد. لب یا گونه دندان گرفته شده را با دهان شویه آب نمکدار گرم درمان کنید تا به بهبودی کمک کند (نصف قاشق چای خوری نمک به یک پیاله آب نیمه گرم). در صورت بروز عفونت، توسط کارشناس دندانپزشکی درمان کنید.

زخم و نقطه های درد می تواند دردناک باشد و می تواند در هر نقطه از دهان رخ دهد. سیم پیچی دندان، آسیب، دندان مصنوعی، تغذیه نامناسب، حساسیت، عفونت و هورمون ها همگی می توانند باعث زخم شوند. دهان شویه آب نمکدار-گرم (نصف قاشق چایخوری نمک در یک پیاله آب نیمه گرم) می تواند در بهبودی کمک نموده و تسکین دهنده باشد. محصولات بدون نسخه از دواخانه نیز ممکن است تسکین دهند. اگر زخم ها مداوم هستند، برای مشاوره و درمان با دندانپزشک مشورت کنید.

سرطان دهان

سرطان دهان هر گونه رشد بافت سرطانی است که در دهان یا اطراف آن رخ می دهد. تشخیص زودهنگام جان انسان ها را نجات می دهد. معاینات منظم دندانپزشکی می تواند به تشخیص علائم اولیه سرطان دهان کمک کند. اگر هر یک از علائم هشدار دهنده زیر برای شما صدق می کند، بلافاصله با داکتر یا دندانپزشک مشورت کنید:

- تورم یا توده در هر نقطه از دهان، روی صورت یا گردن.
- زخم های دهان یا صورت یا گردن که در عرض چند هفته بهبود نیافته اند.
- نقطه های سرخ، سفید یا تیره در دهان.
- از دست دادن حس یا درد در هر ناحیه از دهان، صورت یا گردن.
- خونریزی مداوم یا غیر قابل توضیح در دهان.
- مشکل یا درد هنگام بلع، صحبت کردن یا خوردن.
- گوش دردی مداوم.
- مشکل در حرکت زبان یا الاشه.
- دندان های سست.
- حس طعم تغییر یافته.

برای کسب معلومات بیشتر

- با دندانپزشک خود تماس بگیرید
- از www.health.qld.gov.au/oralhealth بازدید کنید
- برای مشاوره صحت محرمانه 24 ساعت در روز، هفت روز در هفته با 13 HEALTH یا (84 25 43 13) تماس بگیرید
- به oral_health@health.qld.gov.au ایمیل روان کنید

© The State of Queensland, Queensland Health, 2024.