

据美国牙科协会统计,每年有200万美国人因牙痛而前往急诊室。如果你的口腔有疼痛、出血、肿胀或其他不寻常的症状,最好在潜在问题恶化之前赶紧去看牙科门诊。

美国“读者文摘”杂志网站总结了需要立即去看牙医的13个迹象。

# 需要马上去看牙医的十三个迹象



## 牙龈发红、发炎或出血

不要忽视牙龈疾病的这些早期迹象。如果你在刷牙或吃饭时有牙龈肿胀或出血的迹象,要在牙龈疾病进展之前去看牙医。在称为牙龈炎的早期阶段,牙龈疾病可以采用清洁治疗,而到了晚期阶段可能需要做手术。

此外,身体中的其他疾病可能通过牙龈问题而暴露出来。潜在的系统性疾病最初可表现为牙龈出血,如糖尿病、白血病和某些癌症。由于唾液中的葡萄糖含量高,糖尿病人患牙龈疾病的风险会升高。

## 牙龈萎缩

牙龈萎缩,暴露出更多的牙齿,这是牙龈疾病进入晚期的迹象。如果不加控制,牙龈疾病会使人罹患其他健康隐患的风险升高。例如,牙龈疾病与心血管疾病和糖尿病之间存在着密切关联。

## 牙齿感觉松动或脱落

如果你感觉牙齿在移动,或真的脱落了,要立即去看牙医。如果不加以治疗,牙龈炎就会发展成为一种涉及牙齿周围的骨头的疾病,进而导致牙齿松动、疼痛和最终脱落。牙齿通过骨骼和一种名为牙周膜的薄肌肉固定在口腔中,任何对牙齿周围结构的破坏都会导致牙齿松动。

此外,骨质疏松症也会通过削弱颌骨而导致牙齿松动。患有骨质疏松症的女性掉牙的可能性是那些没有骨质疏松症的女性的3倍。

## 牙齿有裂缝

这种情况需要立即看牙医,因为如果不加以治疗,它不仅会引起疼痛和敏感,而且还会造成细菌进入牙齿,导致感染。如果只是一个小裂缝,可以用填充的方法修复它;如果是一个较大的裂缝,可能需要做根管治疗;如果裂得太深,可能需要拔牙。牙齿有裂缝的一个潜在原因是磨牙。有磨牙习惯的人需要在睡觉时佩戴夜磨牙垫来保护牙齿。

## 口腔中有脓液聚积

在口腔某个部位聚积脓液可能是牙齿或牙龈脓肿造成的,应立即加以处理。这是一种感染的迹象,如果不加以治疗,就会蔓延,并造成更严重的后果。在最极

端的情况下,来自脓肿牙齿的细菌会扩散到大脑,后果足以致命。未经治疗的牙齿感染还会导致脓毒症。服用抗生素、对感染部位做引流和根管治疗是预防这些并发症的治疗方案。

## 牙齿非常敏感

不要忍受这种恼人的牙科症状:寻求帮助不仅可以减轻牙齿对热、冷或辛辣食物的敏感性,而且有助于尽快找到问题的“根源”。牙齿非常敏感的原因包括蛀牙,这可能涉及暴露在牙齿内的神经组织。牙齿断裂、牙龈萎缩和磨牙也会造成牙齿非常敏感。

## 牙齿感觉麻木

如果你的牙齿感觉麻木,这表明牙齿可能需要做根管治疗。如果牙齿裂了,或者有一个大龋洞,神经就会死掉,这会让牙齿感觉麻木。

此外,牙齿受伤、咬到坚硬的东西、磨

牙或慢性蛀牙,都会造成牙齿失去营养物质和血液流动,从而导致麻木。

## 下巴肿了或者张不开

颌骨周围的肿胀可能是牙齿感染的迹象,也可能是一种生长方式,比如囊肿,甚至肿瘤。下巴难以张合可能是颞下颌关节紊乱造成的。及早解决颞下颌关节问题,治疗起来更容易,晚期病例可能需要做手术。

## 长时间的口腔疼痛

每个人偶尔会有口腔疼痛,但如果它在7~14天内不消失,就要马上去看牙医,进行口腔检查和癌症筛查,因为这可能是口腔癌的迹象。病人可以进行活检以确定疼痛的原因。此外,超过一周的任何奇怪的肿块,或口腔颜色变化,也应立即由牙科医生进行评估。

## 持续口臭

口臭不仅令人尴尬,它可能是由严重的健康问题引起的。持续口臭可能是有潜在疾病的迹象,如感染、代谢紊乱(包括糖尿病)、胃酸反流,甚至癌症。

## 嘴里的味道不好

不是你吃的或喝的食物造成持续、不好的味道,可能是什么部位出了问题

的另一个迹象。牙龈炎、鹅口疮或酵母菌感染、扁桃体炎或感冒等呼吸道感染、乙型肝炎或智齿萌发,都会导致味觉不良。

此外,有时人们嘴里会有金属味,这可能是药物的副作用,也可能是女性雌激素变化的副作用。

## 经常口干

经常口干发黏是值得关注的,因为它会导致感染。唾液对润滑口腔起到了非常重要的作用,唾液中含有的蛋白质也有助于对抗蛀牙;因此,如果没有唾液,患上蛀牙的风险会升高,而且龋洞很快就会变大。牙科医生会给口干的病人开特殊的漱口水和牙膏,但也有些处方药能促进唾液生成。

口干通常也是服用某些药物的副作用,这些药物用来治疗高血压、糖尿病和高胆固醇。

此外,口干也是干燥综合征的主要症状之一,这是一种自身免疫性疾病,即免疫系统向分泌水分的腺体发起了攻击。

## 舌头质地发生改变

舌头有任何质地的变化,任何肿块、凸起或疼痛,都需要立即去看牙医。因为舌头是口腔癌最常见的部位之一。舌头表面质地的变化也有可能是毛舌造成的,它是指舌背人字沟前方丝状乳头过度伸长,形成丛毛状改变。虽然这种病无害,但要由牙医确诊。

编译/王云吉  
原文刊载于《北京青年报》

