

2011年口腔预防常识：口腔不洁易招五种疾病 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/655/2021_2022_2011_E5_B9_B4_E5_8F_A3_c22_655902.htm 医学专家提示人们，临床医学表明，人们的口腔感染可能是导致其他疾病的重要因素。所谓的病从口入就是这样来的。

一、心脏病国外在研究了一千多个病例后发现，牙龈炎病人患心脏病比率要比普通人高出三倍，其原因是某些细菌可以通过牙龈中的裂口进入血液，进而影响肝脏，使其产生一种能够阻塞动脉的蛋白，造成动脉栓塞。细菌引发心脏病的具体方式还是一个谜，但科学家已经在脂肪状动脉栓塞中发现了一种口腔细菌；口腔细菌对已经患有心脏病的人就更具威胁性。一些牙病患者都可能遇到这样的情况，如果同时患有心血管病，医生都在治疗口腔疾病前让病人服用抗生素，防止口腔手术中大量微生物进入血液，引发的细菌性心内膜炎。

二、中风国外有关机构对近万名年龄在25岁到75岁之间的人进行了跟踪调查，结果发现那些有严重牙龈炎病人患中风的机会是其他人群的两倍。医学专家解释，由于口腔细菌可以导致颈动脉的脂肪栓塞，如果这种脂肪块上游到大脑中，阻塞灰白质中的一条血管，就会引发中风。

三、糖尿病当糖尿病病人受到细菌侵袭时，胰岛素就不能有效地工作，就会提高血糖的含量。国外对168名糖尿病患者研究发现，那些患有严重牙龈炎的人很难控制血糖含量。内分泌科专家建议，有糖尿病家族史的人牙龈被感染时，要尽快去医院检查，看看是否已患糖尿病。

四、胃溃疡据国外的一项研究资料表明，导致胃溃疡的细菌是寄居在牙斑上的。研究人员对242例胃溃疡患者进行了调查，结果在其

中210人的口腔中发现了这种病菌，由此可以看到口腔卫生与胃溃疡之间的关系了。五、肺炎医学研究表明，人们每呼吸一次时，都会有大量的细菌进入肺中，导致呼吸系统疾病，同时，它们寄居在人们的口腔中，虽说人类的免疫系统可以将它们消灭，但是如果人们某段时间免疫力低下时，这些细菌就会趁虚而入，有可能引发细菌性肺炎。保持口腔卫生对人体健康至关重要，专家建议人们，防止病由口入，关键是要树立自我防护意识，自我把关防病。一要注意用牙线清洁牙齿。有些口腔科医生认为，用牙线清洁牙齿比刷牙重要10倍，因为平整光滑的牙齿表面难以藏住细菌，只有牙刷刷不到的牙缝才是藏污纳垢之地，因此用牙线清洁牙齿是生活中必不可少的一项重要内容。二要注意用刮舌板刮舌。口腔科医生认为，如果刷牙后不刮舌头，舌头上的细菌就会重新遍布口腔，因此每天刷牙后都应该用刮舌板刮几下舌头。三要注意用干牙刷刷牙。医学研究表明，有时候，不用牙膏，直接用干牙刷清除牙垢的效果更好。干刷的时候用力要轻，牙刷一半在牙龈上，一半在牙齿上。四要注意戳牙龈。牙龈疾病通常是发生在牙龈部位，牙刷和牙线都鞭长莫及，因此应该在用牙刷和牙线清洁牙齿之后，用一种橡皮头的刺激棒戳戳牙龈。刚开始的几天，牙龈可能会流血并变软，但过一段时间之后，它就会固若金汤，使细菌再也无处藏身。相关推荐：[口腔预防常识：预防牙周病养成好习惯](#)[口腔预防常识：定期洗牙有利于预防牙周病](#)[2011年口腔助理执业医师考试辅导：下颌髁突与喙突生长](#) 100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问

www.100test.com