

UFM  
100.3

整理：月英

“健康娜件事”新栏目，载录自UFM 100.3电台DJ林安娜制作的同名节目单元。安娜每周会选定一个主题，邀请中西医与公众分享健康常识和专家见解。

这期安娜邀请口腔颌面外科专科何国燊医生谈谈蛀牙问题。

## 蛀牙问题知多少？



(图：istock.)

### 蛀牙如何形成？

牙齿是我们身体最坚硬的物体，而牙齿最外层的珐琅质也是一层坚硬的保护层。但是，我们口腔里有许多细菌，包括好细菌和坏细菌，好细菌帮助食物消化、保护牙齿；坏细菌就会粘附在牙缝间，与进食后形成的牙垢产生酸性物质，从而侵蚀珐琅质，使珐琅质受损而出现缝隙和蛀洞，蛀洞里的牙垢和细菌不断累计，缝和洞就不断扩大，最终形成蛀牙。

### 蛀牙初期 不痛不易察觉

口腔疼痛有几个因素，很多人口腔内会有口腔溃疡（ulcer），位置在舌头、牙龈或喉咙，因发炎肿胀而产生疼痛。通常蛀牙是不会造成很大的疼痛，只有喝冷水或吃甜食时才会出现疼痛或酸麻；不是很严重的蛀牙，在没有咬硬物或喝冷水时，几乎是不容易发现。

严重的蛀牙是外层珐琅质几乎全部被侵蚀，再深入就是靠近神经线或已经伤害到神经线；这时，就会发生疼痛，尤其是晚上有时会痛到不能入睡，那就是到了相当严重的阶段。

有蛀牙就要找牙医进行补牙，如果已经影响神经线，就要抽牙根做牙冠。



何国燊医生  
口腔颌面外科专科

有些患者在牙痛时吃止痛药或抗生素，牙齿暂时不痛了就没有去处理它，结果蛀牙越来越严重，牙齿变得很脆弱，一旦咬到硬物就会破裂，这时就无法补救，只能拔掉牙齿和重新做假牙。

### 慎防牙周病

平时不论牙齿有没有痛，都应该定时看牙医，因为有些问题是无法察觉出来的。

例如，牙周病就是一种隐形的杀手，它不会疼痛，只是偶尔牙龈会出血，如果没及早发觉，它就会慢慢感染，细菌甚至会潜入牙骨，这时牙骨也会受感染，久而久之，牙齿就失去了牙骨的支持而摇晃，有时牙肉会红肿发痛，这些都会影响饮食。

如果可以的话，应该每六个月找牙医检查，有什么问题可以立刻治疗，预防永远是胜于治疗，及早发现问题可以用简单的治疗方案，那么费用就不是那么高了。如果拖延治疗，等到牙齿破裂了，必须整颗拔掉再做植牙，费用肯定会比较高。

“健康娜件事”是安娜周一到周五所主持的“早午餐·早午安！”电台节目单元之一。“健康娜件事”播出时间：UFM100.3电台星期一到五，上午10时40分。读者和听众也可浏www.facebook.com/Anna-Health-健康娜件事面簿，了解更多详情。

预告：下周安娜将请莱佛士医院心理辅导中心精神科顾问医生柯海杰，谈谈乐龄阶段所面对的挑战和应对，敬请留意收听。