

<<小心嘴破>>

图书基本信息

书名：<<小心嘴破>>

13位ISBN编号：9789862132012

10位ISBN编号：9862132019

出版时间：2010-9

出版公司：大块文化出版股份有限公司

作者：孫安迪 著

页数：168

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<小心嘴破>>

前言

關於我們的口腔 孫安迪 以我身為台灣、唯一的台大醫院「口腔黏膜病免疫特別門診」資深主治醫師來說，嘴破，是民眾很普遍會碰上的毛病。

說大不大，有的只是單純潰瘍；但有的病因複雜，常合併其它免疫疾病，或侵犯口腔以外其它器官。如果不去管它、任由著反覆發作、或久潰不癒，那後續病變甚或癌變的麻煩，就會差很大！

我們的口腔有幾個特性： 第一是：含菌種很多。

第二是：新陳代謝很快。

第三是：血液循環充沛。

第四是：胚胎的發育，口腔黏膜、皮膚、生殖器黏膜，都是來自外胚層，有抗原的交叉性，所以免疫的相關反應，常會在口腔黏膜中表現出來。

在人的口腔裡，通常有五到六百個不同的菌種存在，其中有40%是全新的菌種。

以牙菌斑來說，一毫克就有一億個細菌；如果個人的口腔衛生習慣不好，那就可能高達二到十億個細菌，在口腔中伺機而動。

而1cc的唾液，含有六兆個細菌，在抵抗力低、免疫力差的時候，就有可能會發生菌血症。

身體內外有六百兆的細菌，消化道就有一百兆，最多的在大腸，再來便是口腔。

就全身的代謝來看，腸道黏膜最快，兩天到十二天一次更新；其次是口腔黏膜，四到十四天脫換一次皮，但是壓力、情緒、營養等的問題，都會影響代謝速度。

口腔中，特別是我們的舌頭，是身體臟器唯一外露的器官，因此微循環障礙、自律神經失調、免疫或內分泌失調等，都可以從舌診觀察中，得到相當的參考判斷。

某些急救用藥，例如心臟病發時的硝化甘油舌下含片，用意就是在利用舌下黏膜血管豐富、吸收快、以及避免藥物因經過腸胃道，而破壞了藥效所設計的。

正常人的口腔中，原本就有各式各樣的細菌，細菌間不但彼此維持平衡，也和人體局部或者全身免疫系統，即我們平常慣說的「抵抗力」，保持均衡。

一旦這樣的均衡狀態被打破了，便會引發疾病的發生。

口腔黏膜、唾液、免疫力，都是對抗病菌的尖兵，當這些防衛組織出了問題，就會導致口腔黏膜產生病變。

在局部原因方面，比如口腔黏膜受損、局部免疫失調、牙結石、牙菌斑堆積、唾液減少、局部放射照射、假牙有問題、或抽菸、喝酒、咀嚼檳榔等等。

全身性的因素，則例如過度使用抗生素、營養不足、缺乏維生素、缺乏微量元素、免疫系統失調、罹患慢性消耗性疾病、重金屬中毒、內分泌機能障礙、骨髓造血功能異常、情緒壓力…等等。

不同的年齡時期，由於口腔和顎面部發育、生活習慣的改變，及各種外在因素的影響，會使口腔內部環境也發生變化，當然，在這一個環境中生存的菌群，也隨之發生演變。

口腔微生物群，也是要經過長期動態變化磨合，才能逐漸達到穩定的狀態。

菌種由簡單到複雜，數量由少到多。

在早期階段，以需氧菌和兼性厭氧菌占優勢，隨著年齡的增長，厭氧菌的比例增多。

所以除新生兒期與嬰兒期外，無論在任何年齡組，兼性厭氧菌總是優勢菌。

口腔微生物在口腔內，以兩種狀態存在，一種是游離狀態，微生物存在於經常流動的唾液中；一種是定植於口腔黏膜及牙齒表面形成牙菌斑，引起齲齒和牙周病。

在口腔中定植的主要微生物有：細菌、真菌、原蟲和病毒等幾大類。

其中，細菌的數量最多，種類最複雜。

在正常情況下，口腔微生物之間，微生物與宿主口腔間，處於生態平衡狀態。

由於體內、外環境因素的影響，可導致菌群失調，一些細菌過盛增殖，正常口腔微生物失去生理組合，即產生生態失調的變化，導致疾病。

生態失調與口腔疾病的發生密切相關，口腔黏膜病，諸如白色念珠菌、壞死性齲口炎、齲齒和牙周病等等，就是口腔生態失調的表現。

齲齒，是宿主、食物和微生物，相互作用導致的牙體硬組織疾病。

<<小心嘴破>>

實質上，它是牙面局部環境、細菌和食物，相互關係失調的表現。

齲病活躍的病人，局部環境因素改變，包括滯留區增加，唾液分泌減少，使牙面聚集的細菌增加，再加上大量蔗糖的攝入，使牙面微生態，發生明顯變化，變形鏈球菌等產酸菌的數量增多，產生大量有機酸而致琺瑯質脫鈣，而了形成齲洞。

牙周病，是發生於牙周支持組織的一組疾病，由內外環境多種因素影響，導致齶下菌斑生態失調所引起。

表現出來的症狀，是細菌組成比的改變，和絕對數量的增加，其中某些種類的細菌可增殖很多，比如產黑色素類桿菌、螺旋體等。

此外比如牙髓、牙根尖周疾病，和一些口腔黏膜病，也是口腔菌群間生態平衡失調所致。

例如口腔內白色念珠菌的大量增殖，可導致大家熟悉的「鵝口瘡」。

在我們口腔環境中，存在著正常微生物群，它們對口腔健康和疾病負有重要責任。

一般情況下，口腔正常菌群是不造成疾病的，只有在口腔微生物環境，發生雜亂情況下，使一些細菌大量繁殖，口腔正常微生物群間產生菌群失調，才會對宿主造成損害，發生疾病。

所以，對一般民眾來說：口腔衛生是不可忽略和偷懶的；對醫生而言，要預防和治療口腔疾病，首先要採取生態調整措施，建立口腔的正常生態平衡，而不是將口腔內所有微生物徹底消滅。

<<小心嘴破>>

内容概要

在人的口腔裡，通常有五到六百個不同的菌種存在，其中有40%是全新的菌種。以牙菌斑來說，一毫克就有一億個細菌；如果個人的口腔衛生習慣不好，那就可能高達二億到十億個細菌，在口腔中伺機而動。

而1cc的唾液，含有六兆個細菌，在抵抗力低、免疫力差的時候，就有可能會發生菌血症。

身體內外有六百兆的細菌，消化道就有一百兆，最多的在大腸，再來便是口腔。就全身的代謝來看，腸道黏膜最快，兩天到十二天一次更新；其次是口腔黏膜，四到十四天脫換一次皮，但是壓力、情緒、營養等的問題，都會影響代謝速度。

正常人的口腔中，原本就有各式各樣的細菌，細菌間不但彼此維持平衡，也和人體局部或者全身免疫系統，即我們平常慣說的「抵抗力」，保持均衡。

一旦這樣的均衡狀態被打破了，便會引發疾病的發生。

口腔黏膜、唾液、免疫力，都是對抗病菌的尖兵，當這些防衛組織出了問題，就會導致口腔黏膜產生病變。

在正常情況下，口腔微生物之間，微生物與宿主口腔間，處於生態平衡狀態。由於體內、外環境因素的影響，可導致菌群失調，一些細菌過盛增殖，正常口腔微生物失去生理組合，便產生生態失調的變化，導致疾病。

生態失調與口腔疾病的發生密切相關，口腔黏膜病，諸如白色念珠菌、壞死性齦口炎、齲齒和牙周病等等，就是口腔生態失調的表現。

對一般民眾來說：口腔衛生是不可忽略和偷懶的！

對醫生而言：要預防和治療口腔疾病，首先要採取生態調整措施，建立口腔的正常生態平衡，而不是將口腔內所有微生物徹底消滅。

<<小心嘴破>>

作者簡介

孫安迪 / 台大醫學院微生物免疫學博士 現職：台大醫院口腔內科資深主治醫師 天津醫科大學客座教授 上海中醫藥大學客座教授 湖北中醫學院客座教授 門診：台大醫院口腔內科「口腔黏膜」特別門診 / 1988年起成立，為全台灣唯一的特別門診 孫安迪醫師，是國內外知名的免疫學權威，在國際醫學領域，首位找到復發性口腔潰瘍、貝歇氏病、口腔扁平苔癬病因，及其免疫機轉外，還是深受歡迎的醫療保健作家、演講名家。並多次榮登英美、亞太、亞美，及中華民國等國家區域，共78項重要世界名人錄。

<<小心嘴破>>

书籍目录

序：關於我們的口腔 / 孫安迪一、為什麼會口腔潰瘍嘴破 / 假牙問題 / 情緒壓力 / 自體免疫 / 濾過性病毒感染二、重要的口腔潰瘍 / 炎症脫屑性牙齦炎：口腔扁平苔癬、天 瘡、類天 瘡、牛皮癬 / 口腔念珠菌病 / 球菌性口炎 / 疹病毒 / 人類乳突瘤病毒三、復發性的口腔潰瘍復發性(鵝)口瘡性潰瘍 / 貝歇氏病 / 防治四、口腔癌前病變、狀態和口腔癌口腔黏膜的重要功能 / 癌狀早期症狀 癌前病變：白斑、紅斑 癌前狀態：扁平苔癬、口腔黏膜下纖維化 檳榔癌 / 不明原因的久潰不癒 / 刷牙時的順便 / 口腔癌的治療 / 癌症預防五、舌頭，免疫力的鏡中鏡舌質 / 舌苔 / 舌象 / 舌炎 / 舌診與胃象 / 舌診與癌症六、口腔，疾病的代言透視全身疾病 / 感染影響全身 / 口乾舌燥 / 改善黏膜利於免疫 / 口腔潰瘍的治療七、我們的免疫系統 免疫系統三大功能的相輔相成 / 口腔相鄰的免疫組織 / 營養與免疫 / 微量元素與免疫 / 睡眠、運動與免疫八、調節免疫力的養生安迪養生湯 / 安迪養生功 / 安迪壓箱寶

<<小心嘴破>>

章节摘录

第一章：為什麼會口腔潰瘍會口腔潰瘍 口腔，就像是人類疾病的一扇窗，除瞭解微循環外，口腔也可以看出人體的免疫功能，內分泌狀態，自律神經狀況，並與身體各部位息息相關，所以成為治療疾病的重要參酌關鍵。

口腔黏膜疾病，是指發生在口腔黏膜和軟組織的病變；和許多全身系統疾病有著密切關係，因為口腔黏膜病況，也是判斷這些疾病處於早期或已到晚期的表徵之一。

雖然身體有許多病痛，會從口腔反應出來，例如來自細菌或病毒的感染，藥物過敏，缺乏鐵質、缺B12、葉酸……等等，會出現唇炎、嘴角炎、舌炎等症狀表現，但是如果傷口拖了一段時間，時好時犯反覆發生，久潰不癒很難收口，就要小心是不是有癌變的潛能？

- 嘴破 - 口腔有著許多功能，是咀嚼食物的地方、品味和發音之處；同時還具有保護性質，對抗許多有害的細菌和物理創傷。

口腔黏膜的結構，和唾液的相互關係，幫助我們完成了消化開端的功能。

口腔由一層黏膜層所覆蓋，由上皮層、結締組織固有層所構成。

保護和感覺是口腔黏膜最大功能，保護是幫我們防禦外來的創傷刺激，和生物、微生物、病毒的侵襲。

在感覺刺激部份，味覺之外，還有疼痛、碰觸、擠壓以及對冷熱溫度的反應。

而唾液分泌出的過氧化酶、溶菌酶、乳鐵蛋白、免疫球蛋白，可以抑制微生物生長，預防口腔內感染。

口腔潰瘍就是俗稱的「嘴破」，是日常生活中的常見症狀，嘴巴裡會有發熱和疼痛的感覺，吃東西時非常不舒服，如果病灶是發生在頰黏膜處，不小心被牙齒咬到傷口，可就成了二次傷害，又得多疼幾天。

好在，發生在口腔黏膜上的淺表性潰瘍，多是一至兩個星期，便可以自己痊癒。

一般口腔潰瘍，講話和吃喝東西時，一碰到傷口就疼痛不堪，有人張嘴困難、有人還會伴隨口乾現象。

通常會持續三到十天，嚴重時、還要忍耐兩個禮拜左右，痊癒後不會留下疤痕。

有些口腔潰瘍病患，老是在反復發生，醫學上稱之為「復發性口腔潰瘍」，也叫復發性(鵝)口瘡性潰瘍。

有人一年發病數次，也有人一個月頻繁發病幾次，甚至新舊病變交替出現。

但若這般反復發作，請務必問診就醫了。

咬傷或燙傷的水泡，所造成的潰瘍，比較容易復原，但是「自體免疫疾病」所形成的潰瘍，會較難收口，請別自行隨便塗抹藥膏，還是要經醫師診斷，如果不使用類固醇或免疫調節劑很難痊癒，必要時需佐以免疫檢查。

若是濾過性病毒所感染的水泡性潰瘍，常需要十天到十四天的病程，才會恢復。

正常的口腔黏膜，濕潤光滑，呈粉紅色，除黑色素、皮脂腺外，沒有其他。

口腔黏膜的防禦作用，主要在物理化學、上皮和免疫的屏障。

我們的唾液，就是口腔黏膜的第一道關卡。

唾液的沖洗作用，可以用來排除有毒物質，使微生物不易附著於黏膜或牙齒表面。

口腔潰瘍發作的原因：包括病毒、細菌、黴菌等感染引起，情緒壓力、疲勞倦怠，患者不小心咬傷、刷牙意外，牙周病、牙髓炎、蜂窩組織炎，尖銳牙齒邊緣或齶齒傷害，植牙不當或假牙配置有問題，不良的口腔習慣、大量抽菸喝酒嚼檳榔。

體內免疫系統失調，皮膚、血液方面的疾病，惡性腫瘤，放射線的治療，藥物的副作用等等，都會引起嘴破。

有些更年期婦女，因為動情激素和黃體激素的減少，貧血狀況的增加，造成口腔黏膜單薄，動輒受傷、灼熱刺痛好幾天。

老人家則是因為口水減少引起的口乾，使牙菌斑增加；或是假牙使用困難，增加磨擦。

如果口腔衛生又沒顧好，很容易就受口腔潰瘍所困擾。

<<小心嘴破>>

當醫師診斷口腔黏膜的病灶時，皮膚之外，包含了身上其餘呼吸系統、消化系統、泌尿生殖系統及眼睛的黏膜組織，都會是詢問和觀察的重點，是否有數種疾病的混合？

是否是自體免疫疾病？

甚至是紅斑性狼瘡、疱疹性皮膚炎，都可從口腔黏膜作早期診斷的。

<<小心嘴破>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>