

高雄榮民總醫院護理部護理指導單張

科別	口腔醫學部	編號：7020030
主題	認識牙周病	2005.09.30 訂定
製作單位	92 病房	2022.11.29 四修

一、牙周病是什麼？

牙周病是因牙齒周圍的組織包含牙肉、齒槽骨、牙周韌帶發生細菌感染，長期發炎引起齒根骨膜炎或化膿，最後導致牙齒動搖及掉牙稱為牙周病。(圖一、圖二)



圖一、牙齦炎，牙齦紅腫



圖二、牙周病，可見牙齦退縮，且齒槽骨流失

二、牙周病分期

- (一) 第一期牙齦炎：牙齦發炎造成顏色、外型、位置、表面特質改變，可能出血，有滲出物。
- (二) 第二期輕度牙周病：牙齦發炎深入牙周組織，有早期齒槽骨破壞情形。
- (三) 第三期中度牙周病：較明顯的齒槽骨破壞，牙齒搖動度漸增加。
- (四) 第四期重度牙周病：齒槽骨已破壞，牙齒搖動度增加。



圖三、牙周病分期

三、牙周病症狀：

- (一) 口腔異味(口臭)
- (二) 牙齦紅腫、刷牙時易出血。
- (三) 牙齦酸痛、變色、潰瘍、長膿包。
- (四) 牙齒齒槽骨、牙周韌帶組織受破壞導致鬆動掉牙。

四、加重牙周病因素：

- (一) 抽菸：抽菸使微血管收縮，遮蔽牙齦出血的問題，錯失了早期警訊(如，牙齦出血)，延遲就醫。
- (二) 糖尿病：糖尿病患者的血中，有許多最終糖化產物(advanced glycated end product)，不利牙周組織的修復，而加速牙周組織的破壞。

- (三) 基因：易受細菌攻擊及免疫機制無法抵抗病患易形成牙菌斑堆積及齒槽骨缺損。
- (四) 壓力：因為壓力易使抵抗力下降，無法抵抗牙周致病菌侵犯。
- (五) 藥物：部分藥物在口腔衛生不良環境下容易會使牙齦腫大增生，所以病人應該將用藥史，告訴你的牙醫師，讓牙醫師更能明確評估口腔健康。
- (六) 磨牙或緊咬習慣：磨牙或過度重咬及咬合不正均會加速牙周組織破壞。
- (七) 年齡：六十五歲以上的老人當中有百分之七十的老人會有牙周病。

五、牙周病預防

- (一) 做好血糖控制，以利預防牙周病。
- (二) 每三個月至牙科做口腔檢查，每六個月洗牙一次，即早治療。
- (三) 三餐飯後及睡前刷牙，輔以牙線及牙間刷使用，搭配含氟牙膏。
- (四) 避免危險因子：抽菸、嚼檳榔。
- (五) 維持均衡飲食，多吃蔬果，少吃甜食。
- (六) 規律生活，正常作息。

六、牙周病治療

- (一) 基本治療：
 - 1. 口腔衛生：學習如何正確使用牙刷和牙線。
 - 2. 超音波牙結石清除術：也就是一般俗稱的「洗牙」，以器械深入牙齦底部徹底清潔牙齒表面與深部。
 - 3. 牙根整平術：刮除受感染的牙根表面，使牙根表面恢復乾淨與光滑，促使牙周組織癒合。
- (二) 牙周手術：當醫師判斷組織受損嚴重時，會考慮執行牙周再生手術，手術後會有輕微的腫脹和疼痛，不會影響作息。
- (三) 維護性治療：也稱為支持性牙周治療，每隔 3-6 個月需要定期回診追蹤。

七、參考資料

- 林世榮(2022)·牙周病的治療·消費者報導雜誌，493，22-23。
- 張博鈞(2022)·牙周病防治之現況與策略建議·台灣衛誌，41(4)，359-360。
DOI:10.6288/TJPH.202208_41(4).PF04
- 衛生福利部(2019)·牙周病健康照護手冊·吳慶榕、王大源、董醒任、李佳燕總編，1-27，台北，衛生福利部。
- 圖一、圖二取自衛生福利部(2019年)·牙周病健康照護手冊·吳慶榕、王大源、董醒任、李佳燕總編，1-27，台北，衛生福利部。
<https://dep.mohw.gov.tw/DOOH/lp-6544-124.html>
- 圖三取自於台南市政府衛生局(2022)·牙周病預防。
<https://health.tainan.gov.tw/page.asp?mainid=50F7F34D-047C-48A3-877B-4620722805A9>

備註：每年審閱一次

所有衛教資訊內容僅供參考使用，無法提供任何醫療行為和取代醫師當面診斷，若有問題，請向門診醫師或原住院病房諮詢！