

「口乾」不可輕忽！

臺北榮總口腔醫學部家庭牙科 吳詩韻主任 施文字部主任
臺北榮總內科部過敏免疫風濕科 陳明翰主任

口乾會造成口水變少、變濃稠，除了會造成蛀牙、口腔黏膜傷口癒合變慢，嚴重者會有舌頭灼熱感，甚至出現念珠菌感染，不可不慎！因口腔或喉嚨乾燥不適，不論平時或睡覺，都需時常額外補充水分，也對生活造成困擾。

臺北榮總家庭牙科吳詩韻主任表示，口乾的原因主要是系統性疾病與一些局部因子有關。系統性疾病包含乾燥症、類風濕性關節炎、紅斑性狼瘡、硬皮症、糖尿病、病毒感染疾病、巴金森氏症、上呼吸道感染和年長者等等；而局部因子則是藥物、口呼吸、唾液腺問題、喝水量、抽菸等。



藥物造成口乾，造成多處牙根齲齒



自體免疫疾病造成的口乾，舌頭的乳突退化

口水的功能很多，首先是具有緩衝液的功能，能使嘴巴內的酸鹼值穩定，口水中也含有抗菌成分，可保護黏膜和牙齒的琺瑯質，預防蛀牙；口水也有保濕作用，幫助口腔黏膜傷口癒合，更可以潤滑食物，讓食物容易吞嚥；此外，唾液還含有消化酵素，可水解食物中的澱粉，也幫助感受食物的味道。

吳詩韻主任說明，對於口乾的治療，除了減少飲用刺激飲料，包括咖啡、濃茶或酒等，也可咀嚼口香糖刺激唾液分泌，或使用人工唾液及口腔保濕凝膠；如果已出現潰瘍，可以塗口內膏減緩發炎，但如果是口腔念珠菌感染，就必需就醫治療。

吳詩韻主任也提醒，不可輕忽平時的口腔保健措施。包括塗氟、用含氟牙膏、含氟漱口水可降低蛀牙率；用牙刷、牙線或牙間刷，並定期就醫追蹤；如果有配戴活動假牙就要每日清潔，避免假牙成為細菌的溫床造成感染，並且要多喝溫水，減少假牙與口腔組織摩擦造成的潰瘍。

臺北榮總過敏免疫風濕科陳明翰主任表示若因免疫出現失調而產生的乾燥症叫做修格蘭氏症候群，大約有高達三成的自體免疫疾病患者有此症候群，不只口乾，也會有眼睛乾，甚至過乾而有角膜潰瘍的問題，研究也顯示這些患者有更高的機會得到淋巴瘤，早期診斷並評估疾病活性，制定良好的治療策略是很重要的。

口乾症會影響口腔健康與生活品質，臺北榮總設有乾燥症整合門診，由過敏免疫風濕科及牙科醫師提供諮詢與治療服務，幫助症狀改善，解決口內相關問題，民眾可多加利用。