



牙龈出血：向您的患者讲授牙龈出血的原因以及您的治疗方法。

刷牙或使用牙线时，如果发现牙龈出血可能会引起过分担忧。通常情况下，牙龈出血只是因为刷牙太过用力，但在某些情况下，牙龈出血可能是某些更为严重的病症的症状。

牙龈出血的原因

牙龈出血最大的原因之一是牙齿表面出现了牙菌斑。对其视若无睹的话将会导致牙龈疾病的前期病症，即牙龈炎。除牙龈出血外，牙龈炎的症状还包括牙龈红肿。

当含有细菌的牙菌斑在牙齿上沉积并产生刺激牙龈的毒素时，便会引发牙龈炎。牙龈炎的症状包括牙龈出血、肿胀、疼痛、发炎或发红等。治疗牙龈炎至关重要，可防止其发展为更为严重的牙龈疾病。

每天彻底清除牙菌斑是您对抗牙龈炎的最佳武器。其他可能会增加牙龈炎风险的因素包括吸烟、压力、激素变化、营养不良、药物及慢性疾病。

牙龈炎的治疗及预防

以下是一些可帮助治疗牙龈炎的方法，请记住，要尽可能地使您的牙齿远离牙菌斑：

- 每日两次使用抗牙龈炎牙膏彻底刷牙。
- 使用抗牙龈炎漱口水彻底漱口。
- 使用软毛手动牙刷或电动牙刷刷牙。
- 每天使用牙线洁牙。
- 定期前往您的牙科专业医师处就诊。

妊娠期牙龈炎的原因与治疗

激素孕酮上升导致流入牙龈组织的血流量增加，当您刷牙和用牙线洁牙时，会造成牙龈组织敏感、肿胀及更易出血，最后引发妊娠期牙龈炎。这些激素变化可令某些会引发牙龈炎的细菌更易生长，并使牙龈组织变得更加脆弱。妊娠期牙龈炎可能发生在第二个月至第八个月的任一时间，通常妊娠期第二期情况更严重。

对您来说，要预防妊娠期牙龈炎问题，最重要的是控制牙菌斑。您应该在妊娠前便开始正确认真地清除牙菌斑等严格的日常家庭护理。口腔护理产品不尽相同，因此务必选择专门针对牙菌斑和牙龈炎的牙膏和漱口水。此外，尝试使用软毛电动牙刷，以便更轻松地清除牙菌斑。

血液稀释药物也可能会导致您牙龈出血。如果您认为您牙龈出血可能与药物有关，请与您的牙医联系。

牙龈出血的治疗

了解您牙龈出血原因最好的方式是预约一名牙科专业医师。您的牙医或牙齿保健师将会根据您的症状向您提出最合适的牙龈出血治疗建议。

我們建議您嘗試以下產品：

☐ 欧乐-B 电动充电牙刷

☐ Oral-B 手动牙刷

☐ 佳洁士牙膏

☐ 欧乐 B 牙线

☐ Crest 和 Oral-B 漱口水

