

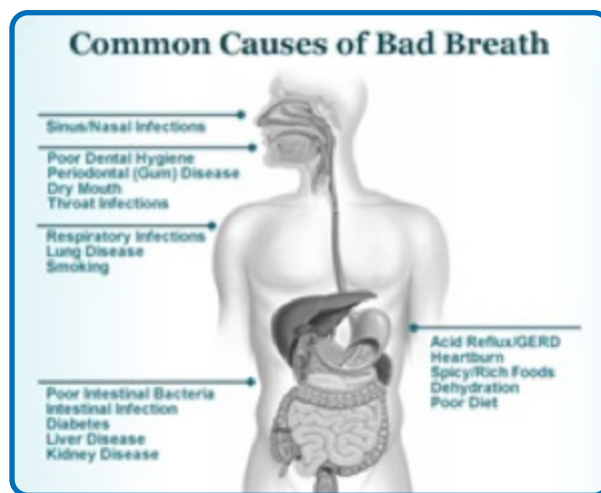
引起口臭的原因有哪些？

告知您的患者产生口臭的原因并向其提供治疗建议。

您可能以为口臭（也称为口腔异味）主要是因为食用了大蒜或洋葱等食物才产生的。因此在了解到口腔中尤其是舌头上的细菌是导致口臭的最大原因之一时，您可能会感到吃惊。牙医将口腔中的细菌产生的含硫代谢产物称为“挥发性含硫化合物”（VSC），正是因为您的口腔中存在这种化合物，才引起了口臭。除了食物之外，口臭还可由牙齿卫生不良、烟草的使用以及某些疾病引起。

口臭原因

- **食物** - 牙齿上以及牙齿间残留的食物会使产生异味的细菌在此处堆积。
- **牙齿卫生不良** - 每天都要清除牙齿、牙龈以及舌头上含有细菌的牙菌斑。蛀牙和牙龈炎也会引起口臭。
- **烟草的使用** - 抽烟会造成烟焦油堆积以及唾液流动减少，因而也会引起慢性口臭。
- **疾病** - 呼吸道感染、慢性鼻窦炎、鼻后滴流、慢性支气管炎、糖尿病、胃肠道功能紊乱或肝肾疾病都会导致口臭问题。



如何去除口臭

要想有利于去除口臭，请确保每天刷牙两次，每天使用牙线洁牙，将引起异味的细菌从牙齿、牙龈和舌苔上清除掉。使用抗菌牙膏和漱口水也可帮助杀死引起异味的细菌。洁净、无牙菌斑的口腔环境是保持口气清新的关键。

如需在刷牙的间隔时间内保持口气清新，不妨尝试：

- 饮食后用漱口水漱口
- 咀嚼无糖口香糖，刺激唾液流动
- 在正餐以外食用芹菜、胡萝卜和苹果，可帮助清除口腔内的污垢
- 确保日常饮食营养均衡 - 缺乏维生素也会导致口臭
- 刷舌头

如果口臭依然持续，请到您的牙科专业医师处就诊以排除慢性病的可能。通常情况下，每天使用漱口水、牙膏和牙线即可解决口臭问题。

我們建議您嘗試以下產品：

☐ 欧乐-B 电动充电牙刷

☐ 欧乐 B 牙线

☐ Oral-B 手动牙刷

☐ Crest 和 Oral-B 漱口水

☐ 佳洁士牙膏