

敏感牙齿 - 原因和疗法

帮助牙齿敏感患者了解出现该类情况的原因及可提供的疗法

牙龈从牙龈线上的牙齿上脱落后，造成牙本质暴露，最后导致牙齿（牙本质过敏）敏感。牙本质是位于坚硬牙釉质表面下较为柔软的牙齿层。在牙龈线下，牙本质不受牙釉质的保护，而牙釉质包括您能在口腔中看到的牙齿部分。牙本质一旦暴露，直达牙神经的微观孔隙牙本质小管会失去保护。热、冷、甜或酸性食物会触发牙齿敏感，带来痛苦。



为什么我的牙齿会敏感？

以下方式会使牙本质暴露，从而导致牙齿敏感。

牙本质暴露导致牙齿敏感的常见原因

- 牙龈病引起的牙龈萎缩
- 过度用力刷牙或使用硬毛牙刷
- 经常吃喝酸性食物和饮品
- 磨牙
- 龋齿或牙齿遭受物理伤害
- 近期牙科手术



如果牙疼很严重或持续超过一两天，务必前往牙科专业医师处就诊，但是如果您感到通常牙敏感带来的刺痛，可以使用专为封闭牙本质小管和缓解痛苦而设计的产品，如针对敏感牙齿和牙龈的牙膏。

如何处理敏感牙齿？

如今，随着口腔健康技术取得重大进展，您可能不必将敏感牙齿视作无法改变的事实。针对敏感牙齿，涌现了众多疗法选择：

- 刷牙和用牙线洁牙，一天两次，预防牙龈病。
- 确保清洁口腔内的所有部位，包括牙齿之间和沿着牙龈线方向进行清洁
- 使用软毛电动牙刷轻柔刷牙。这将帮助避免过度用力刷牙且保护牙釉质免受磨损
- 避免吃喝酸性食物和饮品
- 使用可帮助牙齿抗过敏的牙膏

尽管对于敏感牙齿，有效的非处方治疗方法有很多，但如果您的牙齿持续敏感，那么向专业牙科专业医师咨询是最常推荐的方式，因为持续敏感可能预示着您的牙齿存在更为严重的问题。

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