

受冷热酸甜刺激牙齿就酸痛

可能是牙本质敏感症在作怪

牙本质敏感症是一种常见的口腔问题,许多人在遇到冷、热、酸、甜等刺激时会感觉到牙齿酸痛无力。这种情况通常被称为“倒牙”,实际上是牙本质暴露导致的敏感症状。那么,是什么原因导致了这种病症?又该如何有效应对呢?本期,我们就一起来了解一下。

什么是牙本质敏感症

牙本质敏感症是一种口腔门诊常见的牙体硬组织非龋性疾病。它是指当牙齿受到机械、温度、化学等生理性刺激时,出现的短暂而尖锐的疼痛或不适症状,且症状会随着刺激的消失而迅速消失。

牙齿分为牙冠和牙根,暴露在口腔内的是牙冠。牙冠由外层的牙釉质、中间的牙本质和内层的牙髓组成。牙釉质是牙齿表面的坚硬白色透明组织,可以隔绝外界冷热酸甜的刺激,称为保护牙神经的“盔甲”。牙本质是一种比牙釉质软的硬组织,位置在牙釉质的内侧。在显微结构下可以看到,牙本质由牙本质小管组成。当牙釉质缺失,牙本质暴露后,牙本质小管的开放会把外界的刺激传递到牙神经,从而引起酸痛或不适症状。



范雪平为患者诊治。

哪些因素会引发牙本质敏感症

牙本质敏感症的发生与多种因素有关。

磨损:刷牙时若力量过大、使用硬毛牙刷、频繁刷牙或刷牙时间过长,都可能对牙齿造成磨损。使用高摩擦值的牙膏,也会加重牙釉质和牙本质的磨损。此外,进食酸性食物后即刻刷牙,可能会刷走已经脱矿软化的牙釉质,进一步加剧牙齿的磨损。

磨耗:牙体磨耗包括异常咬合、夜磨牙症等。这些情况会导致牙齿表面磨损过度,从而暴露牙本质,引发牙本质敏感症。

酸蚀:酸蚀是一种常见的牙齿问题,它主要由于外源性酸和内源性酸的作用导致。外源性酸主要来源于我们日常生活中的一些物质,如酸性食物、药物

等。内源性酸则来源于人体内的一些生理过程,比如胃食管反流、妊娠反应等产生的胃酸。这些酸性物质会腐蚀牙齿表面,导致牙釉质被破坏,进而暴露牙本质。

牙龈退缩:牙龈退缩后,牙齿易磨损,导致牙本质进一步暴露。牙龈退缩可能由多种因素引起,包括先天性解剖结构缺陷、根面菌斑堆积、牙周病及其不当治疗、正畸治疗以及增龄性因素等。

使用漂白剂:漂白剂是引起牙本质敏感的一种化学物质。过氧化物漂白剂在牙齿漂白过程中可能会直接作用于神经纤维,导致敏感症状发生。此外,牙美白凝胶作为高渗溶液,在漂白过程中容易引起牙体组织脱水,从而引发牙本质敏感症。

牙本质敏感症的应对方法

牙本质敏感症的治疗分为家庭护理和专业干预两个方面。

家庭护理是缓解牙本质敏感症的首选方法。

使用抗敏感牙膏刷牙:患者可以使用抗敏感牙膏或漱口水进行日常护理。抗敏感牙膏中的有效成分包括钾盐、氟化亚锡、钙复合物、生物活性玻璃等。这些成分能够阻塞牙本质小管,减少牙本质小管内液体的流动,从而缓解敏感症状。此外,用手指涂抹抗敏感牙膏于患牙处,也具有一定的效果。如果患者不能使用牙膏,可选择含抗敏感成分的漱口水进行护理。

选择刷毛圆钝的软毛牙刷:硬毛牙刷虽然清洁力强,但可能会对牙齿造成磨损,加重敏感症状。

采用正确的刷牙方法:正确的刷牙方法能够减少对牙齿的磨损和刺激。建议采用巴氏刷牙法或旋转刷牙法

刷牙,避免用力过猛或刷牙时间过长。

减少酸性食物的摄入:酸性食物会腐蚀牙齿表面,加重敏感症状。

进食酸性食物后及时漱口:如果无法避免摄入酸性食物,建议在进食后及时漱口,以减少酸性物质对牙齿的腐蚀作用。此外,应在进食酸性食物1小时后再刷牙,以避免对牙齿造成进一步的磨损。

如果家庭护理措施未能缓解牙齿敏感症状,患者应考虑寻求专业牙科医生的帮助。专业干预包括局部药物脱敏治疗、树脂及粘接剂治疗、激光治疗等。这些治疗方法能够更有效地阻塞牙本质小管,减轻敏感症状。如果在接受上述治疗后2周至4周症状仍未缓解,还可采用树脂充填、牙髓治疗或牙冠修复等方法消除症状。(周口德正医院 范雪平)



范雪平,周口德正医院医生,曾任职于郑州大学口腔医学院、郑州大学第一附属医院、河南省口腔医院。她从事牙体牙髓病临床治疗工作30余年,擅长活髓保存、显微根管治疗、牙齿美学修复、牙齿硬组织非龋性疾病治疗等。

坐诊时间:每周一、周六、周日。

本版组稿 郑伟元

本版图片由周口德正医院提供

协办单位

周口德正医院

联系电话:17639760256