

警告：切勿侵犯版權

閣下將瀏覽的文章 / 內容 / 資料的版權持有者為消費者委員會。除作個人非商業用途外，閣下不得以任何形式傳送、轉載、複製或使用該文章 / 內容 / 資料，如有侵犯版權，消費者委員會必定嚴加追究法律責任，索償一切損失及律師費用。

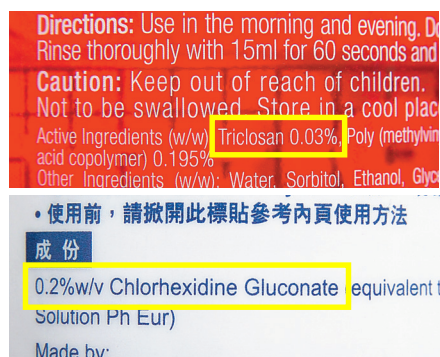
相信每個人都害怕牙痛和蛀牙，因此必須適當地護理口腔，每天應早晚刷牙和用牙線清潔牙縫及牙齒鄰面，並且定期找牙醫檢查口腔的健康狀況。既然大家經常需要使用各式各樣的口腔護理產品，藥劑師今次就為讀者介紹這些產品的成分及特質，好讓大家使用時不會出錯。



近年有多款防敏感牙膏產品推出。

酸鋅及另一成分焦磷酸鹽(Pyrophosphate)聲稱能阻礙牙菌膜鈣化,從而減低牙石形成的速度。

而在漱口水中,則會加入能有效抑制牙菌膜滋長的葡萄糖酸氯己定(Chlorhexidine Gluconate)來防止牙周病。然而,如果長期使用這類漱口水,牙漬會較易沉積於牙齒表面,影響味覺及會引致復發性口瘡。



三氯生(Triclosan)及葡萄糖酸氯己定(Chlorhexidine Gluconate)是常用的防牙菌膜成分。

以無糖香口膠輔助

無糖香口膠以代糖作為甜味劑,例如木糖醇(Xylitol)、山梨醇(Sorbitol)、甘露醇(Mannitol)、阿斯巴甜(Aspartame)等。由於代糖不會被口腔內的細菌利用作新陳代謝,故不會引起蛀牙。咀嚼無糖香口膠能令唾液分泌增多,唾液可中和口腔內的酸素,令流失的礦物質得以補充,因而減少蛀牙的機會。然而,不應依賴咀嚼無糖香口膠來

防止蛀牙,最有效的預防蛀牙方法始終是早晚以含氟化物的牙膏刷牙及減少進食的次數。長時間咀嚼香口膠會引致牙齦疼痛,牙齦有問題的人士未必適合。

孕婦易患牙齦炎

懷孕期間,由於荷爾蒙分泌的改變,孕婦的牙肉會對牙菌膜內的細菌毒素產生較強的反應,這現象稱為「妊娠期牙齦炎」,因此,孕婦須加倍注意口腔清潔。口腔檢查最宜於懷孕4至6個月期間進行,因為這段時期胎兒比較穩定。如孕婦有需要見牙醫,必須通知牙醫有關懷孕的情況,以確保適當用藥。部分抗生素適用於孕婦,包括盤尼西林(Penicillin)、阿莫西林(Amoxicillin)及克林黴素(Clindamycin)等,還有撲熱息痛(Paracetamol)的止痛藥亦可服用。懷孕第5至6週,胎兒的牙胚便開始發育,若孕婦在懷孕期間服食四環素(Tetracycline),胎兒的牙齒就有機會在鈣化時受四環素的影響,出現顏色改變。

清潔老人家的假牙

應每晚臨睡前使用牙刷及洗潔精徹底清潔假牙托的每一部分。市面有一些假牙片產品,含有鹼性過氧化物類(Alkaline Peroxide),溶於水中會產生氣泡,有助清潔假牙托上的食物殘渣及牙

飲水和飲茶也可吸收氟化物



本港的食水加入了微量氟化物,此外,茶葉亦含有大量氟化物,因此,飲用開水和茶均可吸收氟化物。

菌膜,但這些氣泡的清潔功效遠遠不及用洗潔精洗刷假牙托,因此只可視之為一種輔助清潔用品。

資料來源:香港醫院藥劑師學會
藥物教育資源中心

