

# Hướng Dẫn về

## Bệnh Nha Chu

Trong giai đoạn đầu, bệnh diễn tiến âm thầm, hầu như không có dấu hiệu nào và đôi khi bạn không cảm thấy đau đớn gì cả. Nhưng một khi bệnh nha chu bắt đầu tấn công, thì chỉ là vấn đề thời gian cho đến khi bạn biết mình mắc bệnh này với những phản ứng phụ gây cảm giác khó chịu, không thoải mái và có nhiều khả năng không chữa trị được.

Bệnh nha chu, cũng còn được gọi là bệnh lợi, là nguyên nhân chính gây mất răng ở người trưởng thành. Bệnh này có nhiều loại và tiến triển qua nhiều giai đoạn, tất cả đều bắt đầu với việc lợi bị nhiễm trùng và có thể lây lan sang xương ổ răng và dây chằng của răng. Ở những giai đoạn đầu của bệnh, nha sĩ hoặc chuyên viên làm sạch răng thường phát hiện ra bệnh trong các lần khám răng định kỳ. Nếu lợi bị nhiễm trùng không được điều trị và xương có thể bị hư hoại nặng, thì răng đó sẽ rụng hoặc phải nhổ bỏ.

Hơn phân nửa số người trưởng thành, và ba phần tư những người trưởng thành trên 35 tuổi có một số triệu chứng của bệnh nha chu. Ngay cả đối với trẻ em cũng có những triệu chứng của bệnh này. Nếu bạn muốn giữ gìn răng của mình lâu dài, thì điều quan trọng là bạn phải hiểu rõ nguyên nhân, triệu chứng và phương pháp hữu hiệu nhất để ngăn ngừa và chữa trị bệnh nha chu.

### Nguyên nhân nào gây Bệnh Nha Chu?

Nguyên nhân chính gây bệnh nha chu là sự xung đột giữa vi khuẩn tìm thấy trong mảng bám răng—đây là một màng kết dính gần như trong suốt bám vào răng mỗi ngày—và kháng tố của cơ thể với vi khuẩn đó. Vi khuẩn này sẽ sinh ra độc tố làm nướu viêm tấy, ửng đỏ. Quá trình viêm nướu này sẽ phá hủy các mô nướu và làm cho chúng không bám dính với răng. Nếu không chữa trị, bệnh sẽ tiến triển đến giai đoạn làm hư xương chân răng.

Nếu không thường xuyên tẩy sạch mảng bám răng, thì chúng sẽ hình thành một lớp cứng, xốp được gọi là vôi răng, hay còn được gọi là cao răng. Nếu vôi răng bám vào chân răng phía dưới viền nướu, nó sẽ gây ra nhiều kích ứng cho nướu răng và tạo ra nhiều mảng bám răng và làm cho bệnh nặng hơn. Chỉ có nha sĩ hoặc chuyên viên làm sạch răng miệng mới có thể cạo tẩy mảng bám răng và cao vôi cho bạn.

Một khi vi khuẩn trong mảng bám răng gây ra tình trạng viêm tấy và mô nướu bị tổn thương, thì có nhiều yếu tố khác có thể góp phần làm cho bệnh nha chu nặng hơn và bệnh sẽ tiến triển nhanh hơn. Among them are:

- Hút thuốc hoặc nhai thuốc
- Vệ sinh răng miệng không tốt
- Kiềng răng không tốt
- Răng không khít
- Trám răng lồi lõm
- Thức ăn vướng vào kẽ răng
- Nghiến răng
- Chế độ dinh dưỡng kém
- Có thai hoặc sử dụng thuốc ngừa thai đường uống
- Mắc các bệnh liên quan hệ thống miễn dịch như bệnh tiểu đường hoặc AIDS
- Đang sử dụng một số dược phẩm nhất định

### Bệnh Nha Chu diễn tiến qua những giai đoạn nào?

Nướu khỏe mạnh có màu hồng và cứng, không chảy máu. Trong giai đoạn đầu của bệnh nha chu, được gọi là viêm nướu răng, nướu răng bắt đầu ửng đỏ và sưng phồng và có thể chảy máu khi chải răng hoặc khi lấy thức ăn ở kẽ răng ra bằng chỉ nha khoa. Mảng bám răng và cao răng có thể đóng lớp ở viền nướu, nhưng ổ xương giữ răng vẫn còn chắc và việc cạo bỏ những vật gây kích ứng này sẽ phục hồi mô nướu trở lại trạng thái ban đầu.

Giai đoạn tiếp theo của bệnh nha chu được gọi là viêm nha chu. Trong giai đoạn này, nướu bắt đầu long ra khỏi răng, ổ xương răng bị hư hoại, túi mủ nha chu hình thành và, đôi khi, nướu tách xa khỏi răng. Mảng bám răng có chứa vi khuẩn sẽ lan vào túi mủ nha chu, làm cho cho việc giữ bề mặt răng sạch và kiểm soát bệnh trở nên khó khăn hơn.

Trong giai đoạn nặng của bệnh, túi mủ nha chu sẽ tiếp tục ăn sâu và dẫn đến tình trạng tiêu xương ổ răng. Ngoài ra, vi khuẩn sống trong những túi mủ nha chu này sẽ trở nên

độc hại hơn và làm bệnh tiến triển ngày càng nặng hơn. Nếu không điều trị, cuối cùng răng sẽ bị lung lay và rụng.

### **Bệnh Nha Chu có những Triệu Chứng nào?**

Trong khi những triệu chứng ban đầu của bệnh nha chu chỉ có nha sĩ mới phát hiện ra được, thì cũng có những dấu hiệu khác cho thấy bệnh đang bắt đầu tiến triển. Các triệu chứng như:

- Nướu đỏ, sưng phồng hoặc mềm
- Nướu chảy máu khi chải răng hoặc khi lấy thức ăn ở kẽ răng ra bằng chỉ nha khoa
- Răng lung lay và dịch chuyển thưa ra
- Có mũ giữa răng và nướu
- Hôi miệng liên tục
- Răng có vẻ dài hơn vì nướu tách xa khỏi răng
- Nướu không còn bám dính vào răng
- Khi nhai có cảm giác răng không khớp với nhau
- Cảm giác một số răng giả không khớp với nhau

Nếu bạn gặp bất cứ triệu chứng nào vừa đề cập, có thể bạn đã bị bệnh nha chu ở một mức độ nào đó và bạn nên tham vấn nha sĩ hội viên của Hội Đồng Nha Khoa California (CDA). Nha sĩ sau đó sẽ xác định độ sâu của túi mũ nha chu và chụp X quang để xác định xem ổ xương răng có bị hư hoại không. Nếu, sau bước đánh giá này, nha sĩ CDA của bạn xác định bạn đã bị bệnh nha chu, thì anh/cô ấy sẽ khuyến nghị nhiều cách thức điều trị cho bạn tùy thuộc mức độ nặng nhẹ của bệnh.

### **Làm sao điều trị Bệnh Nha Chu?**

Nếu bệnh nha chu được chẩn đoán đang trong giai đoạn đầu của viêm nướu răng, thì bệnh có thể được điều trị bằng thủ thuật làm sạch răng. Nếu bệnh đã tiến triển qua giai

đoạn viêm nướu răng đến giai đoạn viêm nướu răng nặng, thì việc điều trị sẽ liên quan đến quy trình gọi là “làm sạch đáy” hay “nạo chân răng,” thủ thuật này liên quan đến việc làm sạch mảng bám và làm láng mặt gốc răng để cao sạch cao răng và loại sạch những lớp mảng bám có vi khuẩn phía dưới viền nướu để nướu xung quanh làm lành thương. Thủ thuật này có thể phải được thực hiện nhiều lần, tùy thuộc vào mức độ nặng nhẹ của bệnh nha chu của bạn.

Trường hợp bệnh nha chu đã ở giai đoạn nặng, khi các túi mũ nha chu đã ăn sâu giữa răng và nướu, thì cần phải giải phẫu để nha sĩ làm sạch hoàn toàn chân răng và loại bỏ các túi mũ nha chu. Khi thiếu nướu, thì sẽ tiến hành thủ thuật ghép nướu. Trong một số trường hợp của bệnh nha chu, khi nướu và ổ xương răng đã bị hư hoại một phần, thì sẽ sử dụng các kỹ thuật phẫu thuật nhất định để hỗ trợ việc tái tạo những mô này.

Các tiến bộ về sử dụng dược phẩm để điều trị bệnh nha chu cũng được sử dụng. Các loại dược phẩm kháng sinh hoặc kháng thể ở địa phương, cũng như những loại dược phẩm kiểm soát kháng tố của cơ thể với vi khuẩn gây bệnh, có thể giúp làm chậm tiến triển của bệnh.

### **Làm sao phòng ngừa Bệnh Nha Chu?**

Cách tốt nhất để phòng ngừa bệnh nha chu là bạn hãy thực hiện giữ gìn vệ sinh răng miệng tốt. Đánh răng và sử dụng chỉ nha khoa mỗi ngày, ăn uống đầy đủ chất dinh dưỡng và định kỳ thường xuyên đến khám nha khoa với nha sĩ CDA của bạn sẽ góp phần quan trọng để phòng tránh bệnh nha chu. Và bằng việc thực hiện những biện pháp phòng ngừa này, bạn sẽ làm tăng cơ hội có thể giữ được răng của mình dài lâu.