

Xerostomia là danh từ y khoa để chỉ miệng khô vì thiếu nước miếng. Chứng khô miệng có thể gây ra khó khăn khi ăn và nói, và có thể dẫn đến chứng **hôi miệng (halitosis)**. Nếu không có nước miếng để làm trơn miệng, xà sạch đi những đồ ăn còn sót, cân bằng mức acít trong miệng, và tiếp khoáng chất cho răng, thì dễ đưa đến **sâu răng** và những sự nhiễm trùng khác.

Những người lớn tuổi rất dễ bị khô miệng vì uống nhiều loại thuốc để kiểm soát các căn bệnh bị nhiễm trong suốt cuộc đời. Những người lớn tuổi cũng dễ có răng bị lộ chân răng vì nhiều yếu tố, kể cả, nhưng không giới hạn trong khía cạnh tuổi tác, việc dùng thuốc lá, và những tật xấu về vệ sinh răng miệng. Những bề mặt của chân răng bị lộ ra khi xương bao quanh răng bị mòn đi, thường là do những chứng bệnh về nướu. Những mặt chân răng dễ bị sâu hơn vì chúng không có lớp men che chở. Sự kết hợp lộ mặt chân răng và chứng khô miệng làm tăng khả năng bị sâu răng.

Làm thế nào để biết bạn bị khô miệng?

Đáng ngạc nhiên, bạn có thể có tình trạng này mà không nhận ra nó! Nếu miệng hoặc cổ họng của bạn cảm thấy dính hoặc khô, môi bạn dễ nứt nẻ, nếu bạn thường xuyên bị loét hoặc đau ở miệng hoặc lưỡi của bạn đỏ, khô và có thể cảm thấy ngứa, bạn có thể gặp các triệu chứng khô miệng.

Những Nguyên Do Khô Miệng

Thuốc sử dụng: Những loại thuốc sử dụng là nguyên do phổ biến nhất của chứng khô miệng; trên 400 loại thuốc thông thường được kê toa hay mua tự do được biết là gây ra chứng khô miệng.

Xạ Trị và Hóa Trị: Những người phải chịu phương thức điều trị bằng quang tuyến hay hóa chất vì chứng ung thư đầu và cổ dễ bị chứng khô miệng. Những hạch tiết nước miếng có thể bị hư hại vĩnh viễn và lượng nước miếng có thể bị giảm hoặc mức đậm đặc bị thay đổi.

Các chứng bệnh: Chứng khô miệng có thể là dấu hiệu của một căn bệnh tiềm ẩn như tiểu đường hay hội chứng Sjögren's, một sự rối loạn trong đó các tế bào miễn nhiễm tấn công và phá hủy các hạch tạo ra nước mắt và nước miếng.

Lạm Dụng Ma Túy: Chứng khô miệng là một triệu chứng thông thường của chứng lạm dụng ma túy vì nhiều thứ như vậy làm giảm đi sự sản xuất nước miếng. Những người lạm dụng thường có mức độ sâu răng và bệnh về nướu nhiều hơn bình thường và đối với những người sử dụng methamphetamine, nhiều khi bị chứng **(miệng dùng thuốc meth)**.

Giải Pháp

Tuy rằng không có cách chữa dứt chứng khô miệng, có những biện pháp có thể dùng để kiểm soát tình trạng này. Hãy uống thật nhiều nước và/hoặc những đồ uống không có đường. hãy nhai những kẹo nhai không có đường nhưng có chứa chất **xylitol**; Kẹo nhai loại này kích thích sự sản xuất nước miếng và chất xylitol giúp bảo vệ răng cho khỏi sâu. Hãy tránh dùng thuốc lá, chất caffeine và rượu. Nếu dùng loại nước xúc miệng, nhớ biết chắc là nó không chứa chất rượu. Hãy dùng loại gel tạo ra chất thay thế nước miếng để giúp làm trơn miệng quý vị; chúng được bán ở các dược phòng. Hãy nói chuyện với y sĩ của quý vị về việc thay đổi thuốc uống bằng những thứ không gây ra chứng khô miệng.

Cuối cùng, hãy nhớ đi đến văn phòng nha sĩ hội viên của CDA theo định kỳ để họ xúc tiến điều trị dùng chất fluoride bảo vệ cũng như các chăm sóc khác để giúp cho răng và miệng quý vị được tốt lành.



Sâu Răng do chânrănghở



Lưỡi bị ảnh hưởng do khômiệng