



牙龈与牙周组织的炎症性疾病

信息用简易语言写成

牙龈疾病有很多种。

它们主要是由炎症引起的。

牙龈疾病也有其他诱因，比如药物的副作用。

健康的牙龈看起来是淡粉色的。

它们牢固地贴合着牙齿和颌骨。

牙龈炎

牙龈炎（Gin-gi-vi-tis）是医学上对牙龈疾病的称呼。

牙龈炎指的是牙龈感染。

牙周炎

牙周炎（Pe-ri-o-don-ti-tis）是医学上对牙周疾病的称呼。

牙周包括牙龈和颌骨。

牙龈和颌骨使牙齿稳稳地呆在原来的地方。

牙周炎指的是牙龈和颌骨感染。





牙龈炎和牙周炎是如何产生的？

牙龈炎和牙周炎是由牙菌斑中的细菌引起的。

牙菌斑会在牙刷难以清洁到的地方积聚。

比如说，牙菌斑会在牙齿和牙龈之间滋生。

每个人都可能患牙龈炎和牙周炎。

牙菌斑中的细菌会产生有害物质。

这些有害物质会进入牙齿和牙龈之间狭小的缝隙中。

于是牙龈便感染了。

这就是牙龈炎。

牙龈炎可能导致产生牙周炎。

如果患有牙周炎，细菌还会破坏牙齿周围的颌骨。

这会让牙齿周边产生深深的漏孔。

然后牙龈便无法紧贴颌骨。

这些漏孔称之为牙龈瘘管。

牙医会使用一种特殊的仪器来丈量牙龈瘘管的深度。

如果你患有牙周炎，你的牙齿会变得疼痛和松动。

如果不治疗的话，牙周炎会导致掉牙。

牙周炎还会影响其他器官，例如心脏和肺。



如何知晓自己有没有患有牙龈炎呢？

如果刷牙的时候你的牙龈出血，那可能是感染的征兆。

感染的牙龈是红色而肿胀的。

牙龈不再紧紧地附着于牙齿上。

它们很容易出血。

牙龈也可能会疼痛。

如何知晓自己有没有患有牙周炎呢？

牙周炎发生在牙龈瘻管里。

四周的颌骨破裂。

牙龈常常会萎缩。

牙齿裸露得更长。

牙颈常常暴露在外。

牙颈可能会对冷或热敏感。

你可能会出现口臭或口腔异味。

如果感染非常严重，牙齿可能会变得松动。

如果牙齿异常松动，可能需要拔掉。

图片：Imke Kaschke



面对牙龈炎和牙周炎，你可以做什么呢？

彻底清洁牙齿以除去牙菌斑。

温柔地刷牙，哪怕它出血了。

如果感染区域的牙菌斑被清理了，感染会在 2 到 3 天内消失。

那就是为什么刷牙如此重要。

如果感染的情况没有改善，你必须去看牙医。

牙周炎必须经牙医治疗。



图片：Imke Kaschke

牙齿或牙龈疾病可以预防或在早期检测出来。

你必须每 6 个月找牙医检查牙齿和牙龈。

检查包括在健康保险内。

检查时牙医也会帮忙去除牙菌斑和牙垢。



**Special
Olympics**
Deutschland



谁创作了这份信息小单子？

本信息小单子由特别奥运会德国创作，缩写为：SOG.

特奥德国是智力或各类障碍人士最大的运动组织。

文本内容由特奥德国与残疾人或特殊医疗支持需求者的牙科工作团队（Arbeitsgemeinschaft Zahnmedizin für Menschen mit Behinderung oder besonderem medizinischen Unterstützungsbedarf）共同完成，缩写为：AG ZMB）。

AG ZMB 是一个由专家组成的团队。

他们致力于保障残障人士的口腔健康。

本信息小单子的资讯为最新信息，内容真实可信。

更多以简易语言写就的健康相关话题的信息可见：www.gesundheit-leicht-verstehen.de

截止至：2020 年 9 月

