

5. 預防及治療牙齒酸痛

在治療後期，牙齒會有酸軟感覺，尤其是對"冷" "熱"的食物為甚。牙齒表面用 2% 氟膠塗氟，可以減輕及減低牙齒酸軟敏感之發生。所以牙齒表面塗氟工作必需持之以恆，天天實施之。

放射線治療完畢後應注意事項

1 放射線治療完畢後，口腔粘膜紅、熱、灼痛時現象慢慢便會消失，粘膜回復正常狀況，但此時的粘膜會較脆弱，容易受到損傷，所以最好不要使用假牙，通常要等待六個月至一年後，經牙科醫師檢查口腔情況良好後才能進行口腔廣復工作。

2 頸部皮膚"紅"、"熱" "發炎"現象亦會漸漸恢復，但與口腔粘膜比較之，其恢復之時間較長。只要保持皮膚清潔，短期內亦會恢復。

3 牙齒酸軟的感覺會慢慢消失，在牙齒表面每晚塗上 2% 氟膠，則復原時間會加快。

4 唾液腺分泌恢復正常需時較長，因此最感困擾的就是口乾問題。要常漱口，保持口腔清潔衛生，由於唾液分泌少，口腔內會很粘稠，食物容易粘附在牙齒上，尤其是牙齒頸部位置，容易引發放射性齲齒(蛀牙)，所以要特別注意之。

5 由於骨頭經過放射線照射後，會造成局部血液循環不良及組織壞死，如果此時口腔組織損傷或拔牙則容易造成進一步的骨頭感染而引致放射性骨頭壞死，其治療是非常困難，甚至於會影響生命危險。所以在放射線治療完畢後，要非常注意

口腔健康情況，要儘量避免牙床受損，3—6月要定期接受牙科醫師之檢查是絕對必要的。如發現可疑的情況應馬上處理之，較小的齲齒，儘快填補之。每六個月洗牙一次，平常注重口腔清潔衛生，每天睡前進行表面塗氟工作，不但可以使口腔組織早日恢復，而且可以避免不良的併發症發生。



附記

牙刷及牙線是口腔清潔之重要工具：

正確刷牙之方法

刷牙之目的，就是要清除齒垢及刷去牙菌膜。刷牙之方法正確，牙菌膜之清除，必然非常徹底，如此則可免除細菌及有機酸之攻擊牙齒而發生蛀牙。刷牙之重點如下。

牙刷毛與牙齒面或牙齦成45°角。

上排牙齒，則往下刷，下排牙齒，則往上刷。

咬合面，則前後推拉的刷。

牙線使用之方法

技巧及要領如下所述。

取長約45公分(18吋)的牙線，兩端分別纏在兩手中指上。

用食指和姆指把牙線繃緊。

在中間留下2—3公分的距離。

將牙線輕輕以拉鋸方式嵌入牙縫裡直至能低著齒齦線為止。

嵌入牙線不能快，要慢慢以拉鋸方式嵌入。

每次可將一邊的牙線纏一些到另一邊，便可得多次清潔的牙線線段。

使用牙線後請即漱口。

ORAL HYGIENE & PROTECTIVE MEASURES
FOR CERVICAL-FACIAL RADIOTHERAPY

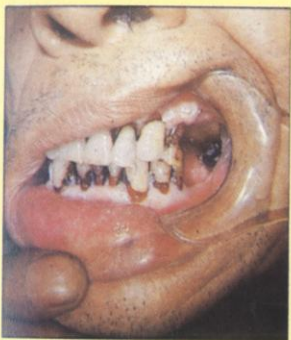
頭頸部放射治療病患之
口腔衛生保健



台北榮民總醫院牙科門診印製

為什麼頭部放射線治療前需要 先做牙齒檢查及治療

放射線治療雖然可以治療癌症，但對於正常組織也會產生傷害。接受頭部放射線治療的病患，在治療期間及治療完畢後，會發生不同程度的口腔潰瘍，口腔周圍組織僵硬引起嘴巴張開困難，唾液分泌減少，以致口腔乾燥，同時因唾液的酸度增加，進而造成嚴重的齲齒(蛀牙)(如圖一)及牙髓發炎，甚至可能發生骨頭壞死，患者極可能需要接受顎骨切除手術，嚴重的影響到患者咀嚼功能和顏面的美觀。此類嚴重的併發症，牙科醫師在處理上也深覺困擾。



圖一：放射性齲齒、最常侵犯牙頸部位置。



圖二：將氟膠置於載氟器上。

為了提供病患最佳的醫療服務，適當的事前預防措施，不但可以減輕患者可能發生併發症的機率，同時更可減輕副作用所產生的痛苦，所以我們極希望患者能夠充份的合作，遵守醫師之各種指示。

放射治療前應注意事項：

首先務必到牙科門診做以下各種準備工作：

1. 檢查口腔狀況：包括口腔粘膜、牙齦、牙齒等。
2. X光檢查：包括全口X光照像及牙根尖片，檢查牙根、牙床、及上下顎骨狀況。
3. 接受洗牙及刮除附在牙齒上的結石。
4. 拆除所有不合適的牙套，並停止使用不合適的假牙。

5. 有下列情況之牙齒必須拔除：
 - a. 殘根。
 - b. 嚴重牙周病變而無法挽救之牙齒。
 - c. 無法填補之牙齒。
 - d. 無功能之牙齒。
 - e. 位置改變，容易積附食物殘渣的牙齒。
 - f. 智慧齒。

若在同一部位拔除數顆牙齒時，需接受牙床修整手術。拔牙後連續三天服用抗生素，在10天內除拔牙傷口處須避開放射線經過外，其他部位沒有影響。

6. 填補所有的齲齒(蛀牙)，如需補的牙齒數目很多，可一面填補一面進行放射性治療，不必等待牙齒全部填補後才接受放射線治療。
7. 注意維護口腔衛生，刷牙方法要正確並使用牙線。餐後及睡前必須徹底刷牙，平常多漱口，並要維持口腔清潔。使用含高量活性氟之牙膏刷牙，使牙齒更能抗蛀牙。
8. 每天睡前刷牙後，利用載氟器(圖二)及2%之氟膠進行牙齒表面塗氟。塗氟可以降低齲齒發生率。

*** 方法：**將2%氟膠擠在載氟器上，將載氟器輕輕的套在牙齒上約五分鐘(圖四)，然後將溢於口中多餘的氟膠吐掉，在兩小時內不要漱口或吃東西。塗氟工作一生中都要實施，最好能夠養成習慣。

9. 口腔情況治療好後，到牙科門診請牙醫師再徹底的檢查一次，然後便可開始接受放射線治療。



圖三：將牙齒刷清潔。



圖四：氟膠放在載氟器內，然後按在牙齒上約5-10分鐘。

放射線治療期間應注意事項：

1. 保持口腔清潔

常用溫的鹽水漱口，尤其在進食前15分鐘先用溫鹽水漱口或用止痛劑，可以減低疼痛及口乾的感覺。



2. 食物的選擇

宜吃柔軟但不粘稠的食物，進食時可以伴湯水一齊吞嚥，不宜吃乾燥粗硬的食物。另外由於味蕾被放射線所損傷破壞，對酸及苦的食物較為遲鈍，刺激性的食物最好不要吃，抽煙及飲酒最好停止。



3. 對皮膚的照顧

經過照射後的皮膚會有紅熱灼痛感覺，此時千萬不能用手去抓癢，以免皮膚抓破而發炎，此時可用溫水輕敷皮膚表面，千萬不可亂塗藥膏。



4. 預防照射後嘴巴張開困難

咀嚼肌肉會漸發生僵硬而嘴巴張開漸感困難，慢慢造成嘴巴張不大，為了預防此等情況發生，嘴巴應該多運動，每天早、午、晚三次連續將嘴巴張大到最大程度，可利用壓舌板等物幫忙張大嘴巴，用此法可以預防及治療嘴巴張不開。如果肌肉發生酸痛時，可以每小時用熱毛巾敷15分鐘。