



Halitosis (nieprzyjemny zapach z ust)

Używanie odświeżających pastylek czy gum do żucia, tak często reklamowanych w prasie, radiu i telewizji, nie zawsze pomaga w zwalczeniu nieświeżego oddechu. Istnieje bowiem pewna grupa osób, u której pomimo idealnej higieny zębów występuje nieprzyjemny zapach z ust. Objaw ten fachowo nazywa się *halitosis*, „bad breath” lub też *fetor ex ore*. Część z tych osób nie jest świadoma swojego nieświeżego oddechu, część jest świadoma, lecz wstydząc się swojej dolegliwości nie szuka pomocy u lekarza. Pozostałe osoby odczuwając przykry zapach udają się do lekarza, jednak istniejący stan nie zostaje potwierdzony badaniem klinicznym. Przyczyna *halitosis* najczęściej dotyczy samej jamy ustnej, a rzadziej problemów otolaryngologicznych czy chorób ogólnych.

Źródło przykrego zapachu może tkwić w ubytkach próchnicowych, pozostawionych korzeniach zębów, zapaleniu dziąseł, nalocie na języku, zębach zgorzelinowych, grzybicy jamy ustnej oraz nieprawidłowym użytkowaniu uzupełnień protetycznych. Za nieprzyjemne substancje zapachowe bowiem odpowiedzialne są bakterie beztlenowe, które mogą pojawić się wraz z wymienionymi dolegliwościami. Produktem ich metabolizmu są lotne związki siarki. Przykry zapach z ust wywołuje także kadaweryna - produkt rozpadu bakteryjnego mięs i ryb.

Zatem aby zbadać przyczyny nieświeżego oddechu w pierwszej kolejności należy udać się do lekarza stomatologa. Jeżeli sanacja jamy ustnej okaże się nieskuteczna kolejne kroki należy skierować do lekarza laryngologa. Powinien on ocenić stan migdałków, gardła, nosa i zatok obocznych nosa, gdyż ich przewlekłe stany zapalne mogą wywoływać omawiane objawy. Jeżeli jednak pomimo poprawnej higieny zębów, sanacji jamy ustnej i wykluczenia chorób otolaryngologicznych przykry zapach wciąż się utrzymuje należy złożyć wizytę lekarzowi interniście. Do zaistniałego problemu mogą się bowiem przyczynić choroby przewodu pokarmowego tj. ostry nieżyt żołądka, choroby przetyku, choroba wrzodowa. Ponadto istnieje szereg innych chorób mogących powodować przykrą woń z ust, m.in. roztrzeń oskrzeli, gruźlica, niewyrównana cukrzyca, niewydolność wątroby czy niewydolność nerek. Źródłem dolegliwości mogą być również niedobory witamin oraz zażywanie pewnych leków. Jednak jeśli w dalszym ciągu nie udaje się zidentyfikować przyczyny należy przystąpić do zabiegów mających na celu eliminację bakterii bytujących na języku. W tym celu stosuje się tabletki utleniające, drażetki chlorofilowe, płukanki z chlorheksadyną i skrobaki do języka. Trudno dostępne skrobaki do języka można zastąpić zwykłą szczoteczką do zębów lub plastikową tyżeczką.

Świeży oddech jest naszą nierozłączną wizytówką. Czasami wystarczy niewiele by go przywrócić, zatem nie wstydzmy się o nim porozmawiać z naszym lekarzem.

Lek. stom. Renata Kaczorowska

Więcej informacji dotyczących zagadnienia możecie Państwo zasięgnąć bezpośrednio
w naszym gabinecie lub telefonicznie.