

تمام آنچه در مورد درمان خشکی دهان لازم است بدانید!

خشکی دهان یکی از مشکلاتی است که همه ما حداقل یک بار آن را تجربه کرده ایم. خشکی دهان وضعیتی است که در آن دهان، به دلایل مختلفی مانند مصرف برخی دارو ها یا کم آبی بدن، بزاق تولید نمی کند. بزاق از دندان ها در برابر باکتری هایی که باعث پوسیدگی دندان می شوند محافظت می کند. در ادامه به بررسی علائم، علت خشکی دهان و گلو در خواب و راه های درمان آن می پردازیم؛ پس با ما همراه باشید.



ما برای شما سلامتی و لبخند را به ارمغان می آوریم

تلفن تماس: ۰۹۱۵۷۶۰۹۰۰۹ - ۰۵۱۳۷۶۰۹۰۰۹



Barana Dental Clinic
کلینیک دندانپزشکی بارانا

برای رزرو نوبت و تعیین وقت مشاوره رایگان روی بنر کلیک کنید.

خشکی دهان چیست؟

خشکی دهان یا اگزوستوم به عارضه ای گفته می شود که در آن غدد بزاقی، بزاق کافی برای مرطوب نگه داشتن حفره دهانی تولید نمی کنند. علت آن می تواند به دلیل مصرف برخی دارو ها، بیماری یا افزایش سن باشد. بزاق با از بین بردن باکتری ها و ذرات غذایی باعث جلوگیری از پوسیدگی دندان ها می شود. علاوه بر این جویدن و بلع را آسان تر کرده و آنزیم های موجود در آن به هضم بهتر غذا کمک می کنند. به همین دلیل است که بروز این مشکل را باید جدی گرفت؛ زیرا سلامت دهان و لثه ها را به خطر می اندازد.

چنانچه دچار پوسیدگی دندان هستید و می خواهید آن را ترمیم کنید، برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد **پر کردن دندان در مشهد** و انواع ترمیم می توانید جهت معاینه رایگان به کلینیک دندانپزشکی بارانا مراجعه کنید.

علائم خشکی دهان

اگر غدد بزاقی به میزان کافی بزاق نسازند؛ علاوه بر خشکی در دهان، علائم دیگری نیز بروز پیدا می کند. در ادامه به برخی از این علائم اشاره می کنیم:

1. بزاق غلیظ
2. تشنگی مکرر
3. گرفتگی صدا
4. بوی بد دهان
5. تنفس دشوار
6. جویدن و بلع دشوار
7. زبان خشک و شیاردار
8. کاهش و تغییر در حس چشایی
9. گلو درد و احساس سوزش در گلو

10. مشکل در استفاده از دندان مصنوعی

11. پوسته پوسته شدن و ترک خوردگی در لب ها



یکی از نشانه های خشکی دهان بوی بد آن است.

علت خشکی دهان چیست؟

اگر این سوال برایتان پیش آمده که خشکی دهان نشانه چیست؟ و علت آن چه می تواند باشد باید بدانید که عدم تولید بزاق و خشکی گلو دلایل مختلفی دارد که در ادامه به بررسی آن ها و اینکه چه بیماری هایی باعث خشکی دهان می شوند می پردازیم:

1. مصرف برخی داروها

مصرف برخی داروها می تواند باعث خشک شدن دهان شود. داروهای فشار خون، ضد حساسیت، ضد احتناق، ضد درد و داروهای افسردگی مانند ربوکستین از جمله مواردی هستند که باعث کاهش تولید بزاق در دهان می شوند.



دارو های ضد افسردگی و ضد حساسیت باعث کاهش ترشح بزاق می شوند.

2. آسیب به عصب

غدد بزاقی نیز دارای عصب هایی در ناحیه سر و گردن هستند. هر جراحی یا ضایعه ای که باعث آسیب به عصب سر و گردن شود می تواند باعث خشکی در دهان گردد.

3. بیماری خود ایمنی

در برخی مواقع بیماری های خودایمنی علاوه بر آسیب به بافت بدن به غدد بزاقی نیز حمله می کنند و باعث کاهش ترشح آن ها می شوند. از رایج ترین بیماری های خود ایمنی که سبب بروز این مشکل می شوند می توان به بیماری کرون یا سندروم شوگرن اشاره کرد که به غدد بزاقی حمله می کند. همچنین بیماری ایدز و لوپوس نیز میتوانند سبب خشک شدن گلو به دلیل بیماری خود ایمنی شوند.

4. دهیدراته شدن بدن

کم آبی باعث خشک شدن پوست لب و نواحی اطراف آن می شود. اغلب خشکی بدن با تشنگی همراه است. چنانچه مشکلی در سلامت فرد وجود نداشته باشد می توان با مصرف مایعات و آب کافی این مشکل را بر طرف کرد. عواملی مانند تعریق بیش از حد، تب، اسهال و استفراغ می توانند علت خشکی و کم آبی بدن باشند.



تب باعث کم آبی بدن و خشکی گلو و دهان می شود.

5. دیابت و خشکی دهان

یکی از علائم شایع در افراد مبتلا به دیابت خشکی گلو است. در روزهای اولیه بروز دیابت به دلیل بالا بودن قند خون، عدم وجود بزاق و خروج آب بدن در پی تکرر ادرار، خشکی دهان بسیار رایج است. برای مدیریت این مشکل در افراد دیابتی باید سطح قند خون در محدوده طبیعی قرار گیرد. با مصرف داروهای خوراکی، انسولین و رژیم غذایی مناسب می توان این مشکل را تا حدودی کنترل کرد.

6. افزایش سن

با افزایش سن تولید بزاق نیز کاهش می یابد. همچنین مصرف داروها، بیماری های مزمن و کاهش توانایی های بدنی نیز از جمله عواملی است که باعث خشک شدن دهان می شود.



با افزایش سن تولید بزاق کاهش می یابد.

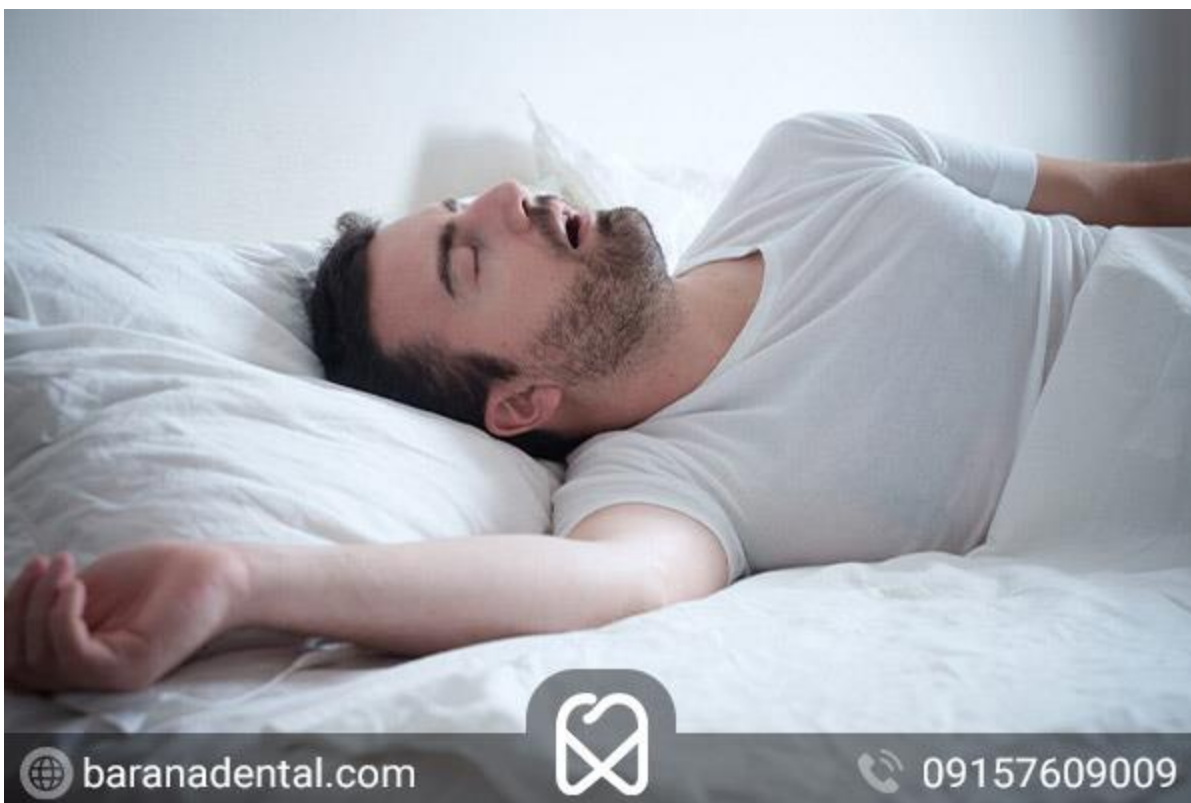
7. سینوزیت و مشکلات تنفسی

چنانچه شخص دچار مشکلات سینوسی باشد یکی از علائم آن خشک شدن دهان است. همچنین در افرادی که به پولیپ بینی یا انحراف بینی دچار هستند نیز به دلیل تنفس از راه دهان، خشکی گلو و دهان در شب رایج است. این مشکلات علاوه بر بروز خشکی می توانند باعث خروپف نیز شوند. برای اینکه بدانید علت خشکی دهان در شب چیست حتما باید به پزشک مراجعه کنید تا به درستی تشخیص دهد و سپس اقدام به درمان کنید.

5 علت خشکی دهان در شب

اگر در شب دچار خشکی دهان می شوید یا می خواهید بدانید که علت خشکی دهان در اول صبح نشانه چیست؛ این موارد را به عنوان رایج ترین علل خشکی دهان در شب بخوانید :

1. خروپف
2. آپنه انسدادی
3. کم آبی بدن
4. تنفس دهانی
5. بازگشت اسید معده به دهان



خروپف در هنگام خواب می تواند باعث خشک شدن دهان شود.

کمبود کدام ویتامین باعث خشکی دهان می شود؟

کمبود برخی ویتامین ها باعث تاثیر بر روی غدد بزاقی و خشکی گلو و دهان می شود. ویتامین A یکی از این ویتامین ها است که کمبود آن باعث بروز این مشکل می شود. ویتامین B ، زینک و آهن نیز جزو مواردی هستند که کمبود آن بدن را با مشکلاتی مانند خشکی گلو و دهان مواجهه می کنند. با مراجعه به پزشک می توانید در صورت کمبود هر یک از ویتامین ها این مشکل را بر طرف کنید.

روش های درمان خشکی دهان

برای تشخیص و علت خشکی در دهان می توانید به دندانپزشک یا متخصص حلق و بینی مراجعه کنید. به طور معمول برای درمان، روش های زیر توصیه می شود:

1. تغییر دارو

پزشک می تواند داروهایی مشابه را با داروهایی که باعث خشکی دهان می شوند جایگزین کند.

2. استفاده از مرطوب کننده دهان

استفاده از محصولات مرطوب کننده مانند محلول ها و بزاق مصنوعی که باعث افزایش لغزندگی دهان می شوند می توانند گزینه مناسبی باشند. دهانشویه حاوی زایلیتول نیز می تواند در رفع این مشکل موثر باشد.

3. دارو های تحریک کننده بزاق

در صورت شدید بودن خشکی دهان پزشک می تواند داروهای تحریک کننده بزاق مانند پیلوکارپین، برم هگزین یا بویملین تجویز کند. همچنین اقداماتی را برای پیشگیری از پوسیدگی و خرابی دندان ها انجام دهد.

درمان خانگی خشکی دهان

انجام برخی اقدامات و روش های خانگی می تواند بدون نیاز به مراجعه به پزشک این مشکل را تا حدودی رفع کند. برای جلوگیری از این مشکل می توانید اقدامات زیر را انجام دهید:

1. سعی کنید از راه بینی تنفس کنید.
2. در طول روز مقدار زیادی آب مصرف کنید.
3. از کشیدن سیگار و مصرف الکل خودداری کنید.
4. از میوه و سبزیجات در تغذیه خود استفاده کنید.
5. محیط خانه را با دستگاه بخور مرطوب نگه دارید.
6. آدامس و آبنبات های بدون شکر مصرف کنید.
7. از خمیر دندان و دهانشویه های حاوی فلوراید استفاده کنید تا از پوسیدگی دندان پیشگیری کند.



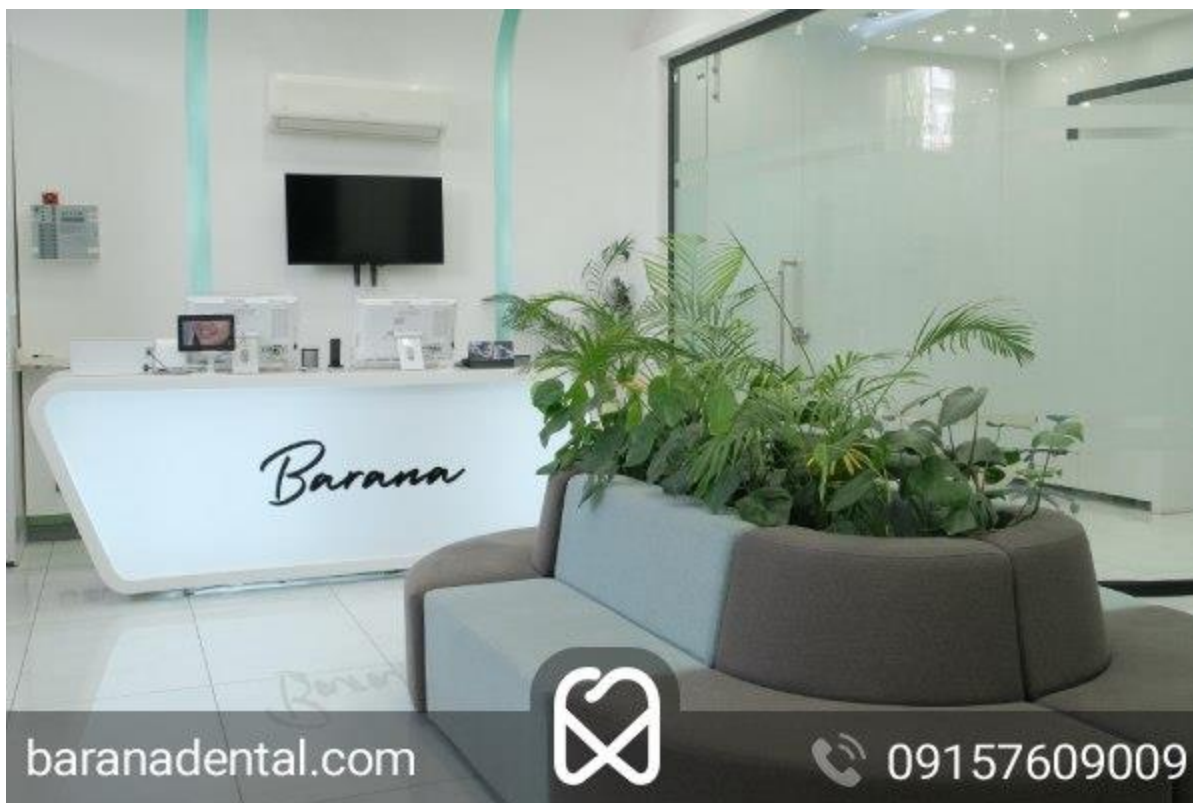
مصرف آدامس های بدون قند خشکی دهان را رفع می کنند.

درمان خشکی دهان در بهترین کلینیک دندانپزشکی مشهد

کاهش تولید بزاق می تواند سلامت دهان و دندان های شما را به خطر بیندازد. چنانچه دچار خشکی دهان شدید، داروهای خاصی را مصرف می کنید یا بیماری زمینه ای دارید؛ برای پیشگیری از پوسیدگی و خرابی دندان ها باید هرچه سریع تر به یک دندانپزشک یا پزشک مراجعه کنید تا علت این مشکل مشخص و درمان شود.

کلینیک دندانپزشکی بارانا با کادری مجرب و باتجربه از بهترین دندانپزشکان، آماده ارائه کلیه خدمات دندانپزشکی به شما عزیزان است. جهت مشاوره و رزرو نوبت می توانید با همکاران ما تماس حاصل کنید. شماره های تماس

09157609009 یا 05137609009



کلینیک بارانا ارائه دهنده خدمات دندانپزشکی در مشهد؛ با کیفیت بالا و قیمتی مناسب

سوالات متداول در مورد خشکی دهان

1. آیا کمکاری تیروئید باعث خشکی دهان و سوزش گلو می شود؟

بله. در بیماران مبتلا به کم کاری تیروئید مشکلاتی مانند خشکی در دهان یا سوزش سقف دهان وجود دارد.

2. چه داروهای گیاهی برای رفع خشکی دهان مناسب هستند؟

مصرف برخی دارو های گیاهی مانند زنجبیل، آلوئه ورا، ریشه گل ختمی، نعنا، زیره و فلفل دلمه ای می تواند به کاهش این مشکل کمک کند.

3. خشکی دهان نشانه قند خون بالا است یا پایین؟

خشکی در دهان نشانه قند خون بالا است. زمانی که قند خون بدن بالا است، بدن سعی می کند گلوکز را از طریق تکرر ادرار دفع کند و باعث کم آبی بدن و خشکی دهان می شود.

4. خشکی دهان نشانه بیماری کبدی است؟

مصرف طولانی مدت الکل می تواند باعث بیماری های کبدی شود. یکی از نشانه های اولیه بیماری کبدی خشک شدن دهان، خستگی زودرس و تشنگی است.