

COVID-19 對口腔健康的衝擊

在過去的 1 年以來，人類正受到 COVID-19 的危害。COVID-19 為人類的帶來許多影響，影響程度可能比意識到的更多。例如 COVID-19 也將對口腔健康帶來嚴重的影響，而許多病人也與牙醫師約診進行治療，因為冠狀病毒而遭受口腔健康問題的發生。這篇文中，我們將研究 COVID-19 對口腔健康的影響。

壓力

COVID-19 會引起壓力，而壓力對於口腔健康不利。面對疾病的流行，對許多人來說，這是一段令人難以置信的壓力時期。從對工作保障的擔憂到失去親人，家庭和個人在過去一年中歷經許多心痛。面對不明朗又無法掌控的未來，對於精神上的挑戰，對於許多人來說可能難以承受，巨大的壓力產生。

壓力會以多種方式影響身體健康，包含口腔健康。許多人在壓力大的時候，睡覺時會磨牙，這可能導致牙齒破裂或是碎裂以及磨損琺瑯質。如果不進行治療，問題會越來越嚴重。牙醫師建議在睡覺時配戴護齒牙套，以保護您的牙齒。

當然，你很難在睡覺時意識到自己在磨牙，那要如何知道呢？通常，會意識到你有磨牙的，通常是你的床伴。當然你可能會因為聽到自己牙齒在磨牙時所發出的聲音而從夢中醒來。磨牙也會帶來其他不適，例如在醒來時下巴疼痛或牙痛，而疼痛通常會蔓延到臉部的其他部位。

口乾(Dry Mouth)

口乾的病人比以往任何時刻都多。發生口乾的原因有很多，但是因為 COVID-19 的關係，很有可能發生這個情況，因為為了預防疾病，我們可能會長時間配戴口罩，而配戴口罩期間會「口呼吸」。而有證據指出，口呼吸會使口腔組織乾燥，而導致口腔中不健康細菌的增加以及發生口臭。

但 COVID-19 與口乾的關聯性目前還不明確，仍需要更多的研究來證實其關聯性或是因果機制。然而口乾的增加對於某些人來說是令人擔憂的，因為可能導致齲齒或是口腔感染的風險增加。

牙齦疾病(Gum Disease)

另一個令人擔憂的口腔健康問題是牙齦疾病，已經有研究證實，患有牙齦疾病的人更有可能罹患嚴重的 COVID-19。一篇來自「Journal of Clinical Periodontology」，研究指出牙齦疾病是冠狀病毒的重要危險因素。共有 568 名 COVID-19 患者參加這項研究，他們被分成兩組，一組為只有輕微症狀者，另一組為有嚴重症狀(需要呼吸器或是入住 ICU)者。研究發現，患有牙齦疾病的 COVID-19 患者相較於無牙齦疾病者其發生死亡的可能性有 9 倍高。相較於沒有口腔疾病症狀者，其入住 ICU 的可能性也高 3.5 倍，需要使用呼吸器的可能性也是其他人的 4.5 倍。

由上面研究可知牙齦疾病與冠狀病毒之前的關聯性。如果你患有牙齦疾病，建議盡快安排牙科看診並且進行治療。牙齦疾病的徵狀如下：

- 口臭
- 牙齦容易出血
- 牙齦和牙齒間有膿液
- 牙齦腫脹
- 使用牙線或刷牙時牙齦流血
- 牙齦呈現鮮紅色或紫色
- 觸摸牙齦會疼痛

口腔潰瘍和牙齦組織破壞(Oral Ulcerations and Gingival Tissue Breakdown)

有研究指出，COVID-19 會對我們體內的血管造成損害，其中包括口腔的血管。這可能最終導致口腔潰瘍和牙齦破裂的增加。根據「The Angiogenesis Foundation」該會認為血管內皮細胞由於攜帶 ACE-2 受體而容易感染 SARS-CoV-2。當它們被病毒穿透時，它們最終會受損，從而剝奪身體下游區域的氧氣。在口腔中，則會造成牙齦組織死亡和潰瘍。因為 COVID-19 引起的發炎，會讓上述症狀變得更糟。

本文章擷取至 The Perio Group 「Impact of COVID-19 on Oral Health」

<https://www.theperiogroup.com/blog/oral-health/impact-of-covid-19-on-oral-health/>

想了解更多口腔健康與 COVID-19 相關訊息：

「牙周炎與 COVID-19 感染嚴重程度有關!!」(<https://reurl.cc/a9eNpZ>)

「研究指出不良口腔健康狀況將與 COVID-19 嚴重程度有關!」(<https://reurl.cc/NrdGZ6>)