



AĞIZ KOKUSUNU GİDERMEK İÇİN NELER YAPILMALIDIR?

- Öncelikle ağız kokusunun ağız içi bir nedenden kaynaklanıp kaynaklanmadığı bir dişhekimi tarafından tespit edilmelidir.
- Ağız içinde çürük dişler, kanayan dişetleri, iyi temizlenmemiş protezler varsa gerekli tedaviler yapılmalıdır.
- Diş ve dişetleri sağlıklı hale getirildikten sonra bu durumun korunması için düzenli olarak diş fırçası ve diş ipi kullanılmalıdır.
- Ayrıca dilin üzeri de mutlaka fırçalanmalıdır. Bu iş için özel olarak üretilmiş dil fırçalarının kullanılması daha da uygundur.



- Ağız kokusunun ortaya çıkmasında azda olsa bazı hastalıklar da rol almaktadır. Bunlar arasında; şeker hastalığı, alt ve üst solunum yolları enfeksiyonları, sindirim sistemi bozuklukları, karaciğer ve böbrek hastalıkları sayılabilir. Bunların ağızda oluşturdukları koku ağız içinde bakterilerin neden olduğu kokular gibi olmayabilir. Örneğin, şeker hastalarında ağızdan gelen aseton kokusu söz konusudur.

DÜZENLİ DİŞHEKİMİ KONTROLLERİ ALIŞKANLIĞINIZ OLSUN

- Şekersiz sakız çiğneyerek tükürük akışını arttırmak gıda artıklarının temizliğine katkıda bulunacaktır.
- Ağız gargaraları ile ağzın çalkalanması ağız kokusunun azalmasına yardımcı olmaktadır.
- Eğer dişhekimi ağız temizliğinin yeterli olduğunu tespit ederse o zaman zaman ağız dışı kaynaklar araştırılmalı ve konunun uzmanı ile görüşülmelidir.

AĞIZ KOKUSU



AĞIZ KOKUSUNA NEDEN OLAN ETKENLERİN SAPTANMASI VE ÇÖZÜLMESİ İÇİN ÖNCELİKLE DİŞHEKİMİNE BAŞVURULMALIDIR



AĞIZ KOKUSUNUN NEDENLERİ

- Diş aralarında, dil üzerinde ve diğer çevre dokularda kalan yiyecek artıklarının ağız içindeki bakteriler aracılığı ile kötü kokulu bileşiklerin oluşmasına sebep olmaktadır.
- Ayrıca; ağız bakımı eksikliğine bağlı olarak oluşan bu ortamda, diş çürükleri ve dişeti hastalıkları da meydana gelerek tabloyu ağırlaştırmaktadır.
- İyi temizlenmeyen protezler de benzer şekilde ağız kokusunun daha şiddetli hissedilmesine neden olmaktadır.



- Tükürük ağızda kokuya neden olan gıda artıklarının temizlenmesinde önemli rol oynamaktadır. Bazı ilaçların sürekli kullanımında, tükürük bezleri ile ilgili hastalıklarda veya sürekli ağız solunumu yapan kişilerde, tükürük azlığına bağlı olarak ağız kokusu gelişebilir.

- Yediğimiz bazı yiyecekler de (soğan, sarımsak, et, balık, peynir vb.) nefesimizin kötü kokmasına neden olabilir. Dişlerin ve dilin temizlenmesi ile bu koku ortadan kalkmaz. Kokuya neden olan yiyecek vücuttan bütünüyle atılana dek koku devam edecektir.



- Benzer şekilde tütün ürünleri ve alkol de ağız kokusuna neden olurlar.

Bu alışkanlıklardan bütünüyle vazgeçmedikçe ağız kokusu devam edecektir.



AĞIZ KOKUSU NEDİR?

Ağız kokusu bireylerin hem sağlığını hem de sosyal yaşamını doğrudan etkileyen bir sorundur.

Ağız kokusu; bazı bakterilerin ağız içindeki gıda artıkları ile birleşerek oluşturduğu hoş olmayan kokudur.

Bu sorun genellikle ağız içi nedenlerden kaynaklanmaktadır, ancak daha az sıklıkla olmakla birlikte bazı sistemik hastalıkların da ağız kokusuna neden olduğu bilinmektedir.

Bu koku özellikle sabahları ağızda belirgin halde hissedilir. Ancak sağlıklı bireylerde; sabahları oluşan bu koku dişlerin fırçalanması ve diş ipi kullanılması ile ortadan kalkar.

Ağız bakımı sağlanmasına rağmen koku devam ediyorsa, dişhekimine başvurulmalıdır.