

先天性心臟病童口腔保健

口腔是一個潮濕且充滿細菌的環境，根據研究指出，口腔中可檢測到七百多種菌株。先天性心臟病患者罹患細菌性心內膜炎的機會比一般人高，臨床經驗顯示，引發心內膜炎的細菌可能來自於口腔。口腔菌叢組成可能隨口腔環境及一些口腔疾病而產生變化，口腔中常見的問題包括齲齒、牙齦炎、牙釉質發育不全等。前兩者大多可由良好的口腔清潔來避免。口腔清潔主要在清除口腔因進食所留下的食物殘渣及牙菌斑，因為這些東西若持續留在口腔中可能引發口腔問題。若沒有做好口腔清潔最先會發生的問題是牙齦炎，刷牙時發現牙齦流血，就是因為牙齦炎的緣故，這是身體所發出的警訊，提醒我們這個地方的清潔需要加強。然而有些人反而不敢再去清潔這個部位，造成惡性循環的情形。

齲齒的成因相對複雜，飲食習慣（包括種類、頻率、時間等）、口腔清潔效果、個人體質等，都可能造成影響。有些先天性心臟病童體力與胃口較差，常常需要少量多餐，家長為了鼓勵進食而給予甜食，加上用餐次數多於刷牙次數，會增加齲齒風險。牙釉質發育不全會造成牙齒形狀或顏色上的改變，乳牙萌出時就發現牙齒表面有一些比較偏白色的部位，這些部位通常是齒質相對不好的位置，若

沒有做好清潔，容易演變成齲齒。不論是牙齦炎或齲齒，目前都被視為與細菌相關的問題，做好口腔清潔，有機會降低這些致病菌在口腔的比例。

對先天性心臟病童而言，牙科治療如洗牙、牙齒治療，為預防細菌性心內膜炎的產生，術前須服用相對多量的抗生素，因此避免這些口腔問題的產生，可降低使用抗生素的機會。兒童由於年齡尚小，口腔照護需仰賴大人來幫忙，以避免口腔問題產生。有關口腔問題預防方法，條列如下，對於先天性心臟病童而言尤其重要：

1. 口腔清潔應儘早開始，未萌牙前可利用濕紗布纏繞食指清潔齒齦周遭，並可在未萌牙之齒齦上作適度按摩，有專家指出，此舉可減緩萌牙的不適感。長牙後應使用適當牙刷來清潔，不建議單純使用紗布清潔牙齒，因為紗布可能將牙菌斑推至牙齦緣或牙縫中，未長牙的部位仍可使用紗布。睡前的刷牙尤其重要。因為睡覺時，通常口腔活動降低，口水分泌下降，容易增加齲齒的風險。
2. 減少與幼兒唾液接觸的活動，如共用餐具、吹氣或含在口中為食物降溫等動作，以減少轉糖鏈球菌 (*Streptococcus mutans*) 傳染的機會。

3. 維持幼兒照顧者之口腔健康亦可減低口腔致病菌傳染的機會。
4. 牙科就診建議於萌牙後六個月內進行，最好不要超過一歲，並定期檢查。
5. 避免增加齲齒機率的飲食習慣：勿讓嬰兒含著內裝碳水化合物的奶瓶入睡、儘早鼓勵以杯子飲用、避免長時間接觸碳水化合物之飲食包括零食或果汁等。
6. 氟化物的利用，可降低齲齒發生的機會，對於牙釉質發育不全的牙齒也可提供保護的效果。居家照護方面，建議使用兒童含氟牙膏（含氟量 1000ppm）或漱口水來進行口腔清潔，若兒童尚不會漱口，牙膏使用時要注意用量，三歲以下兒童每次使用量約一個米粒大小，三歲以上兒童使用約一個豆子的量。漱口水的使用方式，可將刷毛沾濕來清潔牙齒，避免吞入太多。專業塗氟方面，建議至醫療院所，由牙醫師評估施作。
7. 善用口腔清潔工具，牙線或牙線棒可用來清潔齒縫或最後的牙面。牙菌斑顯示劑的使用，可將牙菌斑染色，易於辨別沒有清潔乾淨的部位。
8. 擔心牙齦出血造成感染的問題時，口腔清潔前，建議先使用有抗菌效果的漱口水，讓小朋友先漱口，或用紗布沾漱口水擦拭口內，再進行口腔清潔，以降低風險。

牙科部主治醫師 王姻麟

NTUHF