

بسمه تعالی

## عنوان: آفت دهان



واحد آموزش

در ناحیه تناسلی و مشکل چشمی یا مفصلی وجود نداشته باشد موارد یاد شده کفایت می کند.

عموماً در اکثر بیماران با گذشت عمر بهبود یافته یا دفعات عود کم می شود. در صورتی که در یک فرد بالغ آفت شروع یا تشدید شود بایستی به یک عامل زمینه ای مشکوک شویم. اکثر زخمهای آفتی بدون برجای گذاشتن جوشگاه در عرض ۲ هفته خوب می شوند. حملات مکرر آفت شایع هستند. آفت ممکن است به صورت یک زخم حداکثر ۳-۲ بار در سال تا بروز بدون وقفه چندین زخم در سال رخ دهد. ابتدا بایستی بیماریهایی که آفت معمولاً به همراه آنها دیده می شود یا عوامل مستعد کننده عمومی برای ایجاد آفت رد شوند درمان همیشه رضایت بخش نیست ولی رعایت بهداشت دهان و استفاده از دهان شویه تتراسایکلین می تواند به بهبودی بیمار کمک نماید. در صورتی که ارتباط با یک ماده غذایی (مثل گردو، پسته و ...) دیده می شود بایستی آن ماده غذایی از رژیم غذایی بیمار حذف شود.

### منابع:

تشخیص بیماریهای دهان ، دکتر سورینا صهبا

می شود که سریعاً تبدیل به زخمهای کوچک (۲ میلیمتری) می شوند. این ضایعات در هر جای دهان ممکن است باشند. این زخمها بزرگتر شده و به یکدیگر می پیوندند تا یک زخم بزرگ که طی ۱۰ روز یا بیشتر بهبود می یابد، تشکیل شود. به دلیل شباهت ظاهری این فرم آفت به تبخال، فرم شبه تبخال نام گرفته است، ولی دلیلی بر دخالت ویروس تبخال در این بیماری وجود ندارد.

### پیشگیری

- دندانهای خود را روزانه حداقل دوبار مسواک بزنید و مرتباً از نخ دندان استفاده کنید تا تمیزی و سلامتی دهان و دندانها حفظ شود.
- حتی المقدور سعی کنید استرس نداشته باشید.
- از تماس نزدیک با افراد دچار عفونت خودداری کنید.
- دقت کنید که آفت بیشتر بعد از خوردن چه نوع غذایی رخ می دهد.
- از خوردن غذاهایی که به نظر باعث آغاز حمله می شوند خودداری کنید.

### درمان

تنها راه درمان آفت راجعه، رعایت مواردی است که باعث صدمه و تحریک مخاط دهان می شود مثلاً از مصرف غذاهای سفت و خشن مانند برنج پرشته شده (ته دیگ) و یا مسواک زدن به طرز ناصحیح، خوردن گردو از خوردن غذاهای محرک، خیلی سرد و خیلی داغ خودداری شود. همچنین بهتر است آزمایشهایی جهت اندازه گیری آهن خون و ویتامین B12 و اسید فولیک نیز داده شود تا چنانچه کمبودی از این حیث در بدن وجود دارد، برای همیشه برطرف شود. اگر علائم دیگری مثل زخم

## آفت دهان

آفت دهان عبارت است از زخمهای دردناکی که در مخاط دهان به وجود می آیند. این نوع زخم می تواند در هر دو جنس رخ دهد، اما در زنان شایع تر است. آفت عود کننده از مهمترین نوع آفتهاست؛ زخمهای عود کننده بطور معمول در دوران طفولیت تا بلوغ شروع می شوند و بهبودی آن حدود ۱ تا ۴ هفته طول می کشد. زخم آفت معمولاً گرد یا بیضی بوده و یک حاشیه قرمز رنگ با مرکز زرد یا خاکستری دارد.

### علل و عوامل ایجاد کننده

علت واقعی این بیماری هنوز ناشناخته است. سابقه خانوادگی در یک سوم بیماران دیده می شود. در حدود ۱۰ تا ۲۰ درصد بیماران اختلالاتی مانند کمبود آهن یا فولیک اسید یا ویتامین B12 دارند. عواملی مانند هیجانان روحی، ضربه، قاعدگی، حساسیتهای غذایی نیز در ایجاد این بیماری مؤثرند. این بیماری همچنین در ایدز و بندرت در کودکان همراه با گلودرد و تب و در بعضی از بیماریهای دیگر دیده می شود. با گذشت سن شدت بیماری کاهش و یا بهبود می یابد و تاکنون عامل عفونی برای این بیماری کشف نشده است. اما علل زیر محتمل تر به نظر می رسند:

\* استرس عاطفی یا جسمانی، اضطراب یا ناراحتی و عصبی بودن  
پیش از عادت ماهیانه

\* آسیب به مخاط دهان در اثر خشن بودن دندانهای مصنوعی،  
غذای داغ

\* مسواک زدن یا کار دندانپزشکی

\* آزردهی و تحریک ناشی از غذاهایی مثل شکلات، غذاهای

ترش و اسیدی (سرکه، غذاهای دودی)، آجیل ها یا چیپس های  
نمک زده شده

\* عفونتهای ویروسی

### علائم شایع آفت دهان

- کوچک، بسیار دردناک، و کم عمق هستند و توسط یک  
غشای خاکستری پوشیده شده اند. حاشیه آنها توسط یک هاله  
قرمز پررنگ احاطه شده است.

- این زخمها می توانند روی لب ها، لثه ها، داخل گونه ها، زبان،  
کام و گلو ظاهر شوند. به هنگام حمله آفت معمولاً ۲-۳ زخم به  
وجود می آیند، اما ظهور یک باره ۱۵-۱۰ زخم با هم دیگر  
خیلی بعید نیست.

- زخمها ممکن است در ۲-۳ روز اول بسیار دردناک باشند به  
نحوی که فرد موقع خوردن یا صحبت کردن دچار ناراحتی می  
شوند

- گاهی قبل از بروز زخم، برای ۲۴ ساعت احساس مورمور یا  
سوزش وجود دارد.

### انواع آفت

آفت یک بیماری شایع بوده و تا ۲۰ درصد جمعیت را مبتلا می سازد.  
در افرادی که سطح اقتصادی و اجتماعی بالاتری دارند شایعتر است و سه  
فرم عمده دارد:

## آفت مینور

فرم مینور یا کوچک حدود ۸۰ درصد موارد را شامل می شود. این فرم  
عمدتاً در گروه سنی ۱۰ تا ۴۰ سال دیده شده و ناراحتی مختصری ایجاد  
می نماید. زخمهایی بین ۲ تا ۴ میلیمتر در لب ها، گونه ها، کف دهان و زیر  
زبان ایجاد می شود. این زخمها در لثه ها، کام و روی زبان شایع نیستند.  
تعداد زخمها در یک زمان معمولاً کم بوده و بین ۱ تا ۶ عدد متغیر است.  
ضایعات طی ۷ تا ۱۰ روز بهبود یافته ولی با فواصل نامنظمی ممکن است  
عود کند. زخمها معمولاً گرد و یا بیضی بوده ولی ممکن است خطی هم  
باشند. رنگ زخم ابتدا زرد رنگ بوده ولی بتدریج خاکستری می شود.  
حاشیه زخم ملتهب و قرمز رنگ است و بهبودی بدون جوشگاه صورت  
می پذیرد.

## آفت ماژور

فرم ماژور یا بزرگ حدود ۱۰ درصد موارد را شامل می شود. این  
زخمها بزرگتر بوده، عود بیشتری داشته، مدت بیشتری باقی می ماند و از  
نوع مینور دردناکتر می باشد. اندازه آنها ممکن است از یک سانتیمتر هم  
بزرگتر شده و در هر جای دهان حتی روی زبان و کام نیز دیده شوند.  
تعداد آنها کم (معمولاً ۱ تا ۶ عدد) و طی ۱۰ تا ۴۰ روز بهبود می یابد.  
بهبودی آنها می تواند با بجا گذاشتن جوشگاه باشد.

## فرم شبه تبخال

این فرم در سنین کمی بالاتر از فرمهای قبلی دیده شده در خانمها  
شایعتر است. این فرم به شدت دردناک بوده و آنقدر فواصل عود کم است  
که زخم تقریباً بطور مداوم وجود دارد. این فرم با ایجاد تاولهای ریز شروع