

口臭是胃腸有毛病嗎？

文·王志堂（書田診所胃腸肝膽科主任）

「當您需要的時候，請來一片……」，這是一個電視廣告詞。的確，口臭是惱人而不受歡迎的。正常人呼出的氣體，應該是讓人覺得清新而無味的。但隨著各個時間口腔環境和身體生理狀況的變化，口腔的氣味也會有不同。

口腔本身就存在有不少的微生物，它會分解殘留在口中或牙縫中的食物，或是因為微生物本身的代謝物過多都會導致口臭。最常見的口腔疾病是蛀牙，齒間食物殘留腐敗、牙周病、不潔假牙、毛狀或苔狀舌、裂溝舌、口腔潰瘍等。

唾液含有抗菌物質，也具有沖洗作用，可幫助食物殘渣的清除及已壞死細胞的清理。唾液減少就會造成口腔細菌的滋長而增加口腔異味的機會。在緊張、失眠或恐慌下，某些安眠藥、降血壓藥物都會有造成口乾的現象，常用嘴巴呼吸的人也會口乾舌燥、缺乏維他命B群者也是。

呼吸道的疾病所產生的臭味或由身體其他器官病變所排出的異常代謝物隨血流循環被帶至肺部、藉著呼氣而排出體外被嗅覺到有臭味，例如糖尿病併發食物代謝異常時就有丙酮呼吸異味，尿毒症病人有尿味，肝衰竭病患帶有阿摩尼亞的甜糞味，肺膿瘍或支氣管擴張症的臭腐味。慢性鼻竇炎、鼻炎、喉炎、扁桃腺炎、支氣管腫瘤病人也都會生口臭。

食物經代謝後由肺部排出也會引發口臭，特別是吃過量的脂肪食物、飲用大量牛奶時有可能發生異味。大蒜、洋蔥、韭菜、酒



等，都會由呼吸中呼出異味。

胃及食道間有一如括約肌一樣的構造，當食物進入食道時，它才會張開讓食物進入胃內，或者當有嘔吐、打嗝或吐氣時，因胃內壓力增加而使得該括約肌張開，胃內容物的氣味才會因此被嗅覺得到。

除去因食物引起的口臭，有此苦惱的病患，首先應先請牙科醫師，耳鼻喉科醫師對口腔及鼻、喉部份做詳細的診察，若是口腔的毛病，則治療加徹底的口腔衛生，應可去除煩人的口臭。對慢性鼻炎、鼻竇炎、喉炎給予適當的處置，也可改善異味的發生。當口腔、鼻喉部位都正常，而口臭仍在時，就得找胸腔科及胃腸科醫師對胸部及胃腸做徹底的診視，找出病因予以適切的治療，方能去除這種令人懊惱又不受歡迎的症狀。❤

（本文轉載自尹書田醫療財團法人書田泌尿科眼科診所網站<http://www.shutien.org.tw/index.aspx>）