

# 牙齦萎縮

## 壹、 我的牙齒怎麼越來越長?黑色的縫越來越明顯?

一般民眾隨著年紀的增長，牙齒變得越來越長，這是罹患了牙周病所造成的。原本門牙的平均長度在1~1.2公分，但若牙齦萎縮而造成牙根暴露的話，可能平均長度就會變成1.5~1.7公分，也就會覺得牙齒越來越長。



## 貳、 可能造成牙齦萎縮的原因有：

1. 牙周病：牙周病造成齒槽骨流失，使覆蓋的牙肉越來越低。
2. 牙齒外型：偏三角形的自然牙或是外型不良的假牙。
3. 牙周組織太薄：東方人大多擁有較薄的軟硬組織，受到任何外力，如矯正，夜間磨牙，或潔牙牙動作，都比組織較厚的人容易萎縮，所以要加倍呵護。
4. 不當的口腔衛生習慣：刷牙力道、工具使用不當，也很常造成牙齦萎縮。
5. 年齡：健康牙齦會隨年紀有些許萎縮，此屬自然老化現象。
6. 其他：如唇繫帶拉扯，磨牙，不良的假牙邊緣，排列不良的牙齒…等等。

## 參、 臨床解決方法

臨床上我們可以用**結締組織移植手術**來解決因牙齦萎縮。但是在手術之前，一定要先教導患者正確而適當的刷牙方式。然後我們會在模型上研究，何處較適合提供結締組織給有缺損的牙齒。通常上顎第一小白齒至第一大白齒之間的腭側組織肥厚又可避開解

剖上神經及血管的位置，是最為合適的。因移植組織能否存活與初期血液供給量足夠有很大的關係，所以若有抽煙習慣的患者，在術後需停止吸煙約 21 天較為理想。通常移植區在術後一個月左右就極為穩定，2-3 個月就安全正常了。而供給區常在 1-2 週拆線後就無大礙。

此項手術成功率極高，病人術後雖有二處傷口，但因可達到初期縫合，所以術後疼痛並不明顯。惟一考量的是此項術後非健保給付，病人須自付費用。



#### 肆、參考資料

1. <https://heho.com.tw/archives/20362>
2. [https://www.vghks.gov.tw/News\\_Content.aspx?n=BD1C3DDD3D721AB2&sms=4635A87F2197A895&s=57EF5589826CF6FE](https://www.vghks.gov.tw/News_Content.aspx?n=BD1C3DDD3D721AB2&sms=4635A87F2197A895&s=57EF5589826CF6FE)
3. [http://www.hanming.com.tw/health/lesson\\_dtl.asp?dept\\_code=6100&serno=180](http://www.hanming.com.tw/health/lesson_dtl.asp?dept_code=6100&serno=180)