

# 经常烂嘴 可能是小问题 也可能是大毛病

有种痛,并不是大病,时不时发作起来却让人饭都吃不安,那就是常见的口腔溃疡。专家指出,口腔溃疡只是一种表现,很多病都可以有这一症状,有的是正常无害的溃疡,有的则是其他疾病导致的。我们常说的口腔溃疡,实际上是指复发性阿弗他溃疡,多是由免疫力不平衡和维生素缺乏引发。



常见口腔溃疡一两个月才发作一次

“我老公45岁了,经常发生口腔溃疡,有没有危险,能不能改善?”专家表示,首先,要看这位大叔的烂嘴是复发性阿弗他溃疡,还是其他疾病导致的烂嘴;其次,要看溃疡的发作频率、强度和身体状况,再决定是否需要及如何用药治疗。

专家对报记者说,烂嘴可能是良性的复发性阿弗他溃疡,也可能是肿瘤、结核、梅毒等引起的口腔溃疡,这需要到医院做进一步

的检查确诊。若是复发性阿弗他溃疡,1-2个月才发作一次,可不用吃药治疗;一个月多次发作、每次持续时间长,则可用药,至于用什么强度的药,要看患者本人情况。

“45岁并不是男性好发复发性阿弗他溃疡的年龄段,因此最好做检查确诊。”专家表示,复发性阿弗他溃疡多发生在女性经期前后、40岁左右的女性,女性患者多于男性,因为男性口腔黏膜厚于女性。

## 免疫力不平衡是常见原因

复发性阿弗他溃疡外观为单个或多个大小不一的圆形或椭圆形溃疡,表面覆盖灰白或黄色假膜,中央凹陷、边界清楚、周围黏膜红而微肿。其具有周期性、复发性、自限性的特征,一年四季均能发生,一般在10天左右自愈。

专家告诉记者,虽然复发性阿弗他溃疡病因并不确切,相关因素众多,但免疫力不平衡和缺乏维生素B族尤其是维生素B1、

B2是常见因素。因此,临床主要是针对病因治疗:免疫因素比较明确的,可使用免疫抑制剂治疗;维生素B族缺乏的,可口服或注射维生素;幽门螺杆菌导致的,要进行根除幽门螺杆菌治疗。

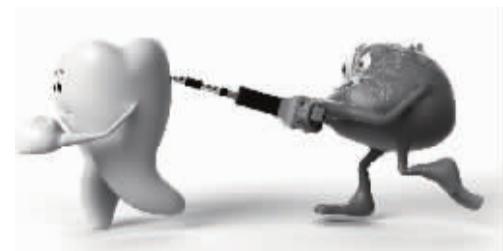
“若口腔溃疡发作频率、强度并不大,一般不需要特意去查明原因,口腔黏膜专业的医生一般可以根据症状鉴别。”专家表示,可根据饮食习惯来推测,例如不爱吃粗粮的人,容易缺乏维生素B1、B2,若同时有发作较为频繁的口腔溃疡,可以补充维生素B1、B2。

## 喝凉茶未必行 西瓜霜有点用

专家建议,在同一部位反复发作的口腔溃疡可能是咬合创伤即咬破的,不需要治疗;经常在不同部位发生的口腔溃疡应该用药治疗,发生频率不高的口腔溃疡可不用药,等其自愈。

有的人认为口腔溃疡是上火的表现,狂喝凉茶。对此,专家认为,口腔溃疡多是虚火所致,喝凉茶可对实火有一定缓解作用,虚火者喝凉茶反而会加重症状。

很多人口腔溃疡一发作就用西瓜霜。“西瓜霜有一定作用。”专家称,中药散剂对局部神经末梢有麻醉作用,且能通过覆盖作用,将溃疡面与外界隔开,有利于创面愈合。不过,医生可开出更好用的药,抹上不会掉、促进组织愈合、安全的镇痛作用、有一定的免疫调节作用,因此专家建议,经常发作、迁延时间长的口腔溃疡,最好还是到口腔黏膜科就诊。



## 小贴士

### 不痛的口腔溃疡更危险

复发性阿弗他溃疡一般10~15天可自愈,若长期不愈且越长越大的口腔溃疡、不痛的口腔溃疡,可能是其他类型的口腔溃疡,最怕是肿瘤导致的口腔溃疡。“特别要警惕不痛的口腔溃疡。”专家建议。

(梁瑜)