

บุหรี่กับสุขภาพช่องปาก



ผลของการสูบบุหรี่อันตราย มีผลต่อสุขภาพมากมาย ควันบุหรี่ไม่ว่าผ่านไปไหนที่นั่นมีผลกระทบหมด
ด่านแรกคือ ในช่องปาก จะมีฟัน เหงือก ผนังแก้ม และเยื่อต่างๆ คนที่สูบบุหรี่จัดหรือสูบบุหรี่เป็นประจำอวัยวะ
เหล่านี้ย่อมมีการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ไม่ดี เพิ่มความเสี่ยงของโรคมะเร็งในช่องปากและโรคเหงือก

* บุหรี่ จะทำให้เหงือกเปลี่ยนเป็นสีคล้ำดำขึ้น บุหรี่ทำให้เนื้อเยื่อเหงือกไม่แข็งแรง โดยเฉพาะความสามารถ
การยึดเกาะคอฟันและกระดูกจะลดลง นำมาซึ่งอาการเหงือกกรัน รากฟันจะถูกเปิดออกมา คนที่สูบบุหรี่จึง
มักจะมีอาการเสียวฟันมากเมื่อฟันสัมผัสกับอาหารร้อนๆ หรือน้ำเย็นๆ จนหมดความสุขในการกินเลยทีเดียว

* การที่รากฟันโผล่ ไม่ใช่แต่จะทำให้เสียวฟันเท่านั้น แต่มันยังทำให้รากฟันผุได้ง่ายขึ้นด้วย ซึ่งยากต่อการ
ซ่อมแซมแก้ไข เหมือนฟันผุที่ตัวฟันโดยทั่วไป

* การสูบบุหรี่จะบั่นทอนและทำให้แผลหายช้าลง หากมีการถอนฟันหรือผ่าตัดในช่องปาก โดยเฉพาะผู้ที่
ทำการผ่าตัดใส่รากฟันเทียม คนที่สูบบุหรี่จะมีความเสี่ยงที่รากฟันเทียมจะหลุดได้ ง่ายกว่าผู้ที่ไม่สูบบุหรี่
อีกอย่างที่คนสูบบุหรี่มักไม่ค่อยทราบคือ การสูบบุหรี่ทำให้มีกลิ่นปาก และก่อให้เกิดการเกาะของหินปูนง่าย
ขึ้น มีคราบสีน้ำตาลที่ฟันและลิ้น

คนที่สูบบุหรี่มีอัตราเสี่ยงสูงต่อการ เป็นมะเร็งในช่องปาก มีอาการหลายอย่างเมื่อเกิดขึ้นแล้วควรรู้ให้
ความสำคัญอย่านิ่งนอนใจ และต้องรีบพบแพทย์

* เป็นแผลในช่องปากนานๆ ปวดแสบปวดร้อนไม่หายสักที

* บริเวณในช่องปากมีอาการปวด ตึงๆ มีอาการชาเป็นเวลานานๆ

* มีแผลที่มีลักษณะเขียวๆ ข่นๆ จากเนื้อเหงือก หรือเนื้อแก้มข้างๆ เช่น มีสีเทาแดงสด หรือมีขาวๆ เป็นปื้นๆ

- * อาการกลืนลำบาก เคี้ยวอาหารติดขัด พูดขยับขากรรไกร และลิ้น ได้ยากขึ้น
- * ฟันเคลื่อนเปลี่ยนตำแหน่ง หรือบางทีมีความรู้สึกคล้ายฟันถูกบีบ

อาการเหล่านี้เหมือนเป็นสัญญาณเตือนให้ต้องรีบตรวจรักษาทันที อย่ารอช้าเพราะมะเร็งในช่องปากในระยะเริ่มต้นยังมีความหวังในการรักษาให้หายได้

อย่างไรก็ตาม เราทราบถึงพิษร้ายของบุหรี่แล้ว ไปที่ทางเลือกอื่นเลย คืออย่าเข้าไปเกี่ยวข้องกับหรือเลิกได้เป็นที่สุด ดูแลอนามัยในช่องปากให้สะอาดปลอดมลพิษ อย่านำยาบ้วนปากหลังแปรงฟันทุกครั้ง และตรวจสุขภาพฟันเป็นประจำ