



医生与百姓健康对话系列丛书

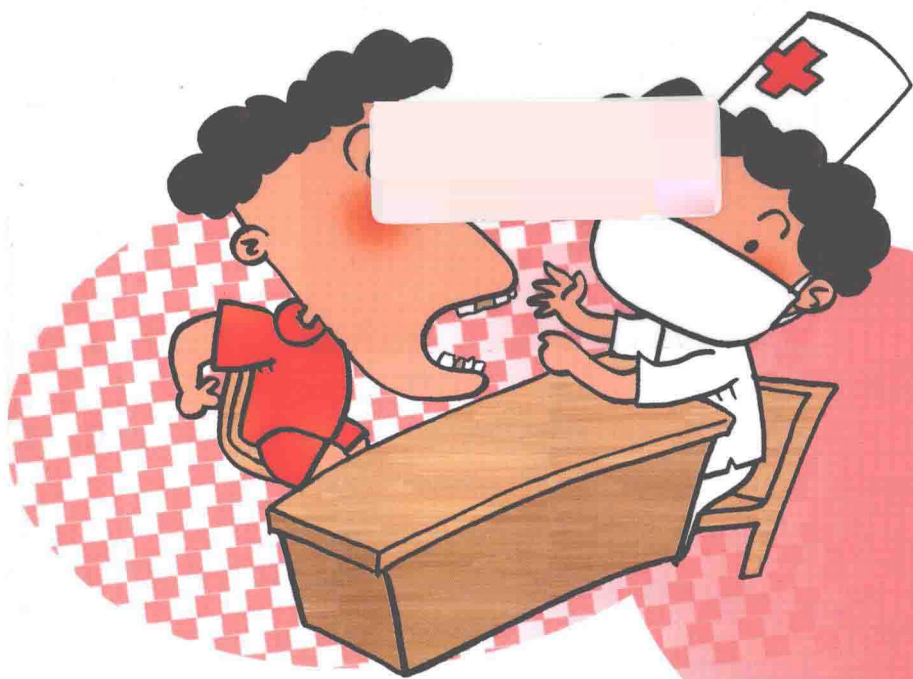
口腔黏膜病的

疑问巧答

方法简单 实用有效
一书在手 方便自如
走入家庭 问题明确
不问医师 疑问自解

杜永成 黄立坤 总主编

山西出版传媒集团
山西科学技术出版社



口腔黏膜病的疑问巧答

主 编	石 晶	鲍喆煊	李 琳	
副主编	李俊萍	张沁莲	王斌红	杨惠兰
编 委	石 晶	鲍喆煊	李 琳	李俊萍
	张沁莲	王斌红	杨惠兰	李 宏
	王霄燕	牛 赟	程 珏	

山西科学技术出版社
山西出版传媒集团

图书在版编目(CIP)数据

口腔黏膜病的疑问巧答 / 杜永成、黄立坤总主编. —太原:
山西科学技术出版社, 2014.3

(医生与百姓健康对话系列丛书)

ISBN 978-7-5377-4712-7

I. ①口… II. ①杜… ②黄… III. ①口腔黏膜疾病
- 防治 - 问题解答 IV. ①R781.5-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014)第 020359 号

口腔黏膜病的疑问巧答

总 主 编 杜永成 黄立坤

出 版 山西出版传媒集团·山西科学技术出版社
(太原市建设南路 21 号 邮编: 030012)

发 行 山西出版传媒集团·山西科学技术出版社
(电话: 0351-4922121)

印 刷 山西德胜华印业有限公司

编辑室电话 0351-4922073

开 本 850 毫米 × 1168 毫米 1/32

印 张 5

字 数 125 千字

版 次 2014 年 3 月第 1 版

印 次 2014 年 3 月太原第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5377-4712-7

定 价 10.00 元

如发现印、装质量问题, 影响阅读, 请与发行部联系调换。

前 言

随着老龄化社会进程的加快，繁忙的工作、生活之余，人们感到更多的就是保健和养生知识的匮乏，在临床和社区卫生指导过程中，我们有个明显的发现，重视健康和听健康讲座课、看有关健康知识类节目的人群多半是老年人群、疾病人群、或家中有慢性病人的家属等。现实生活中，无论是到大医院就诊看病，还是到社区卫生服务机构咨询服务，给每位就诊者讲解的时间总是很有限（总有时间太短，对他们的关怀远远不够的感觉）。

试想，半天门诊时间内，有的特色科室通常需要接待80~120位就诊者，大夫门诊后还要去处理住院患者、做科学研究、进行临床教学……时间真的有限，很多老病人常常心疼地对我们的大夫说：“你们太辛苦了！注意身体啊！”。当然，也有不理解的就诊者，因为一号难求生气、发牢骚。为了解决医务人员与每位就诊者交流时间较短的问题，我省部分综合医院、专科医院、社区卫生服务机构相关专业医务工作者，经过反复酝酿，将临床和社区指导、健康教育工作中就诊者经常提出的问题汇编成这套科技读物，旨在解决就诊者常常遇到的问题，同时有利于常见病、多发病、新发病知识的宣传、普及。

实际生活中收集到的问题非常多，经过与临床相关专业专家及出版社相关专家、领导仔细分析、筛选，最终选择具有代表性的 1400 多个问题，包括：应对失眠、有效制服肿瘤、合理保护黏膜、家庭防护乳腺、自我调节血压、迅速缓解疼痛、早期预防中风、有益健康的运动、有效解决便秘、缓解糖尿病、预防冠心病、家庭合理使用中草药、家庭育儿、全面女性保健及器官捐献、母亲文化教育的重要性等等 1400 多问。

确立书名为《医生与百姓健康的对话》系列医学科技图书，明确编委领导组，确定《医生与百姓健康的对话》医学系列科技图书框架，筛选了临床一线技术专家和管理专家组成编委，根据这些问题给出了专业、通俗易懂、贴心的回答，还特别聘请了 3 位 80 后、90 后曾从事过义工，对医学科普有着浓郁兴趣的优秀大学生画师，为本书设计插图，起到了图文并茂，画龙点睛的作用，将老百姓需要了解的相关各方面的知识用图文、问答的形式融汇其中。

另外，针对部分患者对专业知识的需求，我们将常见的一些专业知识作为附件列在专业图书最后（如：高血糖治疗路径、器

官捐献的程序、母亲文化的教育、纠偏食品如何使用)以供参考。通过阅读本书,相信能够详细了解常见病发病高危因素相关知识、知晓一些多发病筛查及应对常用方法、熟悉常见病常用的治疗手段、能够有计划地开展社区和居家护理、居家康复活动等。

本书在选题过程中,得到了山西科学技术出版社的大力支持,他们针对每一本书的内容布局提出的中肯意见,在保证本书的通俗性、易懂性、生动性、趣味性、全面性等方面做出了贡献。一并示谢!在此,还要感谢更多的热心就诊者,他们也对本书的撰写和出版工作给予了无私的帮助。

编委会名单

总主编：杜永成 黄立坤

总策划：赵志春

主 编：王 玉 王 平 王金花 王毅民 石 晶
石秀萍 白建华 申红英 毕志军 吕小桃
任晋阳 严继萍 杜 健 杜丽秀 李 佳
李 琳 李 慧 李玉杰 李俊萍 杨平安
吴元军 宋子胜 张 烨 张 溥 张元存
张纯斌 武保平 赵 中 赵建平 段朝霞
贾志越 顾青圻 徐辅慧 高润芳 郭进升
郭秀生 席玉爱 康 静 温跃春 鲍喆煊
潘英英

副主编：马永太 马建忠 马瑞涛 王 婧 王晓东
王继荣 王斌红 王翠玲 王毅仁 王镜淞
毛荣斌 孔庆仙 申红英 冯子凌 邢玉荣
任志英 关 欣 许 娟 许志宏 许建勋
那 龙 俞俊平 李冬岩 李秀丽 李俊萍
杨风翔 杨建仲 杨素梅 杨淮清 杨惠兰
何 莉 宋丽萍 张 舟 张 逸 张印红
张亚芬 张丽娟 张沁莲 陈 刚 陈文浩
陈丽萍 范亚峰 郑俊峰 赵立芹 赵丽琴
段文杰 晋佩文 贾文奎 郭新志 郭叔信

	黄铁明	曹雪玲	康雪飞	阎登魁	雷 昆
	蒲联兵	薛雪花			
编 委:	马永太	马建忠	马瑞涛	王 玉	王 平
	王 姝	王 婧	王 燕	王志萍	王丽芳
	王国凤	王国芳	王金花	王京丽	王学庆
	王春梅	王建芬	王晓东	王晓荣	王海铭
	王继荣	王彩娟	王雅萍	王斌红	王翠玲
	王霄燕	王毅仁	王毅民	王镜淞	牛 赞
	毛荣斌	孔庆仙	石 晶	石秀萍	申红英
	史双秀	白兰香	白建华	白晓燕	冯子凌
	冯振宇	邢玉荣	毕志军	吕小桃	乔晓明
	乔爱春	任志英	任晋阳	刘宝平	闫佳丽
	闫佳峰	闫慧清	闫耀东	关 欣	许 娟
	许志宏	许建勋	那 龙	负俊平	形彩花
	严继萍	杜 健	杜红玉	杜丽秀	李 宏
	李 佳	李 婧	李 琳	李 慧	李五红
	李玉杰	李冬岩	李旭亮	李秀丽	李宝莉
	安 琪	李俊萍	李瑞萍	李福盈	李慧萍
	杨 冰	杨 波	杨风翔	杨平安	杨建仲
	杨建新	杨素梅	杨淮清	杨惠兰	吴 立
	吴元军	何 莉	宋子胜	宋丽萍	张 兰
	张 舟	张 烨	张 逸	张 溥	张志霞
	张元存	张玉玲	张印红	张永红	张亚芬
	张丽娟	张沁莲	张纯斌	张泽佳	张珧仙
	陈 云	陈 刚	陈 燕	陈文浩	陈丽萍
	陈雅婷	武建康	武保平	范亚峰	周秀英

庞艳萍	郑俊峰	赵 杰	赵玉清	赵立芹
赵丽琴	赵利军	赵建平	赵琇丽	郝世飞
郝素华	胡燕华	药智婷	段文杰	段朝霞
耿美晶	晋佩文	贾文奎	贾志越	顾青圻
徐艳艳	徐辅慧	徐朝健	高 莉	高润芳
侯佩英	郭进升	郭秀生	郭叔信	郭新志
席玉爱	黄铁明	曹雪玲	曹慧娟	常丽娜
康 静	康雪飞	阎登魁	梁晓云	彭建红
董小清	董宏强	韩 红	韩建芳	程 珏
程永莉	温跃春	蒲联兵	鲍喆煊	裴树华
潘英英	薛世琦	薛秀卿	薛雪花	魏正俐

程序设计: 任晓强

绘 图: 姚丽楠 刘 瑞 魏 琦

秘 书: 赵彦琴 樊兆义

目 录

第一章 口腔黏膜病的疑问巧答

1. 你知道口腔黏膜病吗?	001
2. 口腔黏膜的基本病损有哪些?	002
3. 确定口腔黏膜病从几个方面入手呢?	004
4. 口腔黏膜病的有效治疗方法是什么?	005
5. 生活习惯与口腔黏膜疾病有关系吗?	007
6. 偏方缓解口腔黏膜病症状可信吗?	008
7. 吸烟是口腔粘膜病的重要诱因吗?	009
8. 口腔黏膜病与性别、年龄有关是真的吗?	011
9. 长期嚼槟榔会引起口腔黏膜性变吗?	013
10. 口腔溃疡两周不愈易癌变吗?	014
11. 高温到多少度伤害口腔黏膜呢?	016
12. 热食可致多处黏膜癌吗?	017
13. 口腔癌是什么病呢?	018
14. 口腔癌应该如何预防呢?	019
15. 口腔癌有没有具体症状?	020
16. 人们所说的“口疮”是病吗?	022
17. 日常生活中应该如何预防口腔癌呢?	023
18. 常吃火锅, 易患上口腔癌吗?	024



第二章 口腔黏膜病的疑问巧答

1. 吃辣椒对口腔黏膜有损害么? 026
2. 吃槟榔真的可以得口腔癌? 027
3. 维生素缺乏会引起口腔黏膜病? 028
4. 吃“麻辣烫”会引起口腔黏膜病? 030
5. “地沟油”对口腔黏膜有危害么? 031
6. 经常含润喉片对口腔黏膜好么? 032
7. 常喝碳酸饮料对口腔黏膜有损害么? 034
8. 经常吃咸菜、腌菜对口腔黏膜有损害么? 036
9. 常喝豆浆可以预防口腔黏膜癌变? 037
10. 吃饭为啥总是没味? 039
11. 喝茶对口腔黏膜好不好? 040
12. 经常用漱口水好不好? 041
13. 吸烟会引起哪些口腔黏膜病? 042
14. 贫血会引起口腔黏膜病? 043
15. 感冒也会诱发口腔黏膜病? 044
16. “花椒酒”对口腔黏膜有损害么? 044
17. 什么原因会导致口臭? 045
18. 怎样去除口臭? 047
19. 多吃口香糖好么? 049
20. 刷牙出血也是病? 050
21. 滥用药物可以引起口腔炎? 052
22. 经常吐唾沫好么? 053
23. 更年期女性如何保护口腔黏膜? 054
24. 牙齿过尖会引起口腔黏膜病? 056

25. “整牙”也会引起口腔黏膜病?	056
26. 假牙也会引起口腔黏膜病?	057
27. 不良的情绪也可以引起口腔黏膜病?	058
28. 口腔卫生差会加重口腔黏膜病?	060
29. 补牙可以引起口腔黏膜病?	061
30. 口腔黏膜病患者怎么刷牙?	062
31. 为什么我总是反复起口腔溃疡? 可以治愈么?	063
32. 为什么月经前后总是起口腔溃疡?	064
33. 口腔溃疡会癌变么?	065
34. 鸡蛋壳软皮可以治口腔溃疡?	066
35. 中医如何辨证治疗口腔溃疡?	068
36. 结核病也会长口腔溃疡?	069
37. 什么是口腔白斑?	070
38. 嘴里发白一定是口腔白斑?	071
39. 口腔白斑一定会变成口腔癌?	072
40. 哪些口腔白斑患者更需要警惕癌变可能?	073
41. 得了口腔白斑有什么需要注意的?	074
42. 嘴里会长“苔藓”?	075
43. 女性更容易得口腔扁平苔藓?	075
44. 口腔扁平苔藓会传染么?	076
45. 心情不好和扁平苔藓有关系?	076
46. 患有口腔扁平苔藓, 我可以生育么?	077
47. 中医治疗口腔扁平苔藓有效果么?	078
48. 得了口腔扁平苔藓, 如何正确饮食?	079
49. 婴儿哭闹不吃奶, 有可能是口腔黏膜病?	081
50. 婴儿“雪口病”如何治疗及预防?	082



51. 嘴里老上火有可能是是什么原因?	083
52. 嘴唇干裂结痂起皮怎么办?	085
53. 唇膏选用不当也会引起唇炎?	087
54. 经常舔唇咬唇好不好?	088
55. 你知道太阳下曝晒会引起唇炎么?	089
56. 得了唇炎要忌口么?	090
57. 唇炎也会癌变?	091
58. 吃海鲜可以导致“香肠嘴”?	092
59. 没牙的人容易得口角炎?	093
60. 嘴角老烂怎么办?	094
61. 手足口病如何传染?	094
62. 得了手足口病我们应该怎么办?	096
63. 嘴里长“血疱”该怎么办?	098
64. “口干”是病吗?	098
65. “口干”有可能是是什么原因?	099
66. 口干症饮食需要注意哪些?	101
67. 口腔癌常见么?	102
68. 为什么早期口腔癌不疼?	103
69. 口腔癌特别容易转移?	103
70. 哪些不良习惯可以引起口腔癌?	104
71. 假牙和烂牙都可以引起口腔癌?	106
72. 口腔癌患者日常生活中有什么要注意的?	106
73. 舌根上有“疙瘩”是癌症么?	107
74. 性病可以长到嘴里?	108
75. 口腔发炎也可能是性病?	109
76. “口交”也会得性病么?	109

77. 口腔黏膜上也会长尖锐湿疣?	110
78. 口交也会导致口腔癌?	111
79. 艾滋病是首先表现在口腔黏膜上的么?	111
80. 我舌头上有很深的裂纹, 是病么?	112
81. 营养不良会引起舌炎么?	113
82. 舌头上长毛怎么回事?	114
83. 经常刮舌苔好不好?	115
84. 哪些人容易舌头疼?	116
85. 舌头痛也需要心理治疗?	117
86. 舌头上为什么会有“地图”?	117
87. 舌面光滑无舌苔也是病?	118
88. 嘴里发黑是怎么回事?	119
89. 纹唇真的美么?	121
90. 口腔黏膜还能反映出全身健康?	122
91. 反复口腔溃疡能导致眼睛失明?	123
92. 麻辣烫烫出口腔癌?	124
93. 老伸舌头好么?	125
94. 嘴里不舒服就吃甲硝唑?	126
95. 饮食与口腔癌有关系么?	128
96. 口干症的缓解可以用什么小方子?	129
97. 牙龈出血不用管?	130
98. 人老掉牙是正常的?	131
99. 叩齿好么?	132
100. “洗牙”好不好?	133
101. 糖尿病患者更需要洗牙?	135
102. 牙周病还会诱发心脏病?	137



- 103. 挑食会加重牙龈出血? 137
- 104. 怀孕前还需要进行口腔检查? 138
- 105. 药物会导致牙龈增生? 140
- 106. 哪些人不适合洗牙? 141
- 107. 每天刷牙还需要定期洗牙么? 142
- 108. 如何预防口腔疾病? 143

第一章 口腔黏膜病的疑问巧答

1. 你知道口腔黏膜病吗？

口腔黏膜病是指发生在口腔黏膜及口腔软组织上的疾病，肿瘤除外。其病种繁多，疾病临床变化各异。病因复杂，最常见的是溃疡及糜烂，其他如疱疹、角化异常、坏死、结节、斑等。而且在病程的不同时期病损更迭交替，给诊断带来众多不便。然而，口腔黏膜病多与全身及外界刺激有关，因此在做出黏膜病诊断时，只有从黏膜病的表现寻求疾病的本质，才不会因诊断不明而延误治疗。但目前有些黏膜病病因不明，故而在治疗方面尚无特效药及疗法，只能采用对症治疗。

据说口腔黏膜病的临床表现特别复杂，是真的吗？

被手术后的健康思考：

2012年国庆刚过，10月8号，我第一天上班，



你知道口腔黏膜病吗？



口腔黏膜病的疑问巧答



突然发现自己舌根部右侧长出了一朵小百花，黄豆大小，后经口腔科专家诊断是扁平苔藓，因为外观感觉性质不是很好，即赴北京进行手术。术中速冻病检确定是扁平苔藓。至此使我对黏膜病产生了浓郁的兴趣。

由于一些黏膜病的病因不清楚、黏膜病的病损变化更迭等原因，目前尚无统一的分类标准。但为了便于黏膜病的诊断和指导治疗，按疾病的发病原因、病损部位及临床部位，将口腔黏膜病加以归纳如下：

1. 病损单纯或主要发生于口腔黏膜的疾病，如复发性口腔溃疡。
2. 口腔黏膜和皮肤同时或先后发生的疾病，如扁平苔藓。
3. 全身性疾病在口腔黏膜的表征，如维生素缺乏征。

我得的病就是典型的扁平苔藓，是口腔常见的良性疾病。发病原因复杂，但是主要与休息、睡眠及激素水平减低有关。

2. 口腔黏膜的基本病损有哪些？

口腔黏膜的基本病损有以下十多个方面：

(1) 斑 斑为黏膜上较为局限的颜色异常的损伤，其大小不定。不高出黏膜表面，不变厚，亦无硬结改变。斑的颜色较周围正常黏膜为深，可呈红色、红棕色或棕黑色。

(2) 丘疹 丘疹是黏膜上一种小的实体性突起，针头大小至5 mm 直径不等。基底现状为圆形或椭圆形，表面形状可为尖形、圆形或扁圆形。

(3) 丘斑 丘斑是一种界限清楚，大小不等，稍隆起而坚实的病损，为白色或灰白色，表面比较平滑或粗糙，可看到沟裂将病损分割开来。