
بوی بد دهان (هالیتوسیس)

عوامل، علایم، تشخیص، درمان، پیشگیری

با نگاه علمی و معنوی

پژوهش‌های از طب نوین و طب سنتی در برطرف کردن
بوی بد دهان

تألیف:

دکتر س. ا. آتش‌پنجه

دندانپزشک عمومی (BDS)

PhD طب سنتی، بیونید

عنوان و نام پدیدآور	بوی بد دهان (هالیتوسیس): عوامل، علایم، تشخیص، درمان، پیشگیری/... تحقیق و تالیف حامد آتش پنجه.
مشخصات نشر	تهران: رویان پژوه، ۱۳۹۷.
سرشناسه	آتش پنجه، حامد، ۱۳۶۵ -
مشخصات ظاهری	۱۲۰ ص.
شابک	۹۷۸-۶۰۰-۴۰۸-۴۸۵-۷
وضعیت فهرست نویسی	فیپا
یادداشت	چاپ دیگر: آموزشی تالیفی ارشدان، ۱۳۹۷.
موضوع	دهان - بوی بد
موضوع	Bad breath
رده بندی گره	۱۳۹۷ پ ۹/۲۱۵/۴۸۵ R
رده بندی دی	۶۱۶/۳۱
شماره کتشناسی ملی	۵۳۹۸۳۲۴



بوی بد دهان (هالیتوسیس)

دکتر حامد آتش پنجه

ناشر:	رویان پژوه
نوبت چاپ:	اول - ۹۷
مدیر تولید:	سید امین امامی زاده
گرافیک:	مصطفی ابدان
چاپ و صحافی:	مهر
قطع و تعداد صفحات:	وزیری - ۱۲۲
شمارگان:	۵۰۰ نسخه
بها:	۲۸۰۰۰ تومان



شابک: 978-600-408-485-7

کلیه حقوق مادی و معنوی اثر متعلق به ناشر است و هرگونه تکثیر، بازنویسی، خلاصه برداری و یا برداشت به هر نحوی بدون اجازه کتبی از ناشر مجاز نبوده و منجر به پیگرد قانونی می‌باشد.

دفتر نشر و نمایشگاه دائمی: تهران، خیابان انقلاب، بین ۱۲ فروردین و منیری جاوید (روبروی دبیرخانه دانشگاه تهران)
تلفن: ۶۶۹۷۰۷۴۰ - ۶۶۴۸۶۳۷۳

ساختمان کتاب‌های جیبی، طبقه سوم

خرید آنلاین [www. RPpub. ir](http://www.RPpub.ir)

فهرست

۹	پیش‌گفتار
۱۳	فصل ۱ : بوی بد دهان در آیات ائمه سلام الله عليهم اجمعين
۱۴	عواقب دهان بد بو
۱۴	علل و اسباب بدبو شدن دهان
۱۸	علل و اسباب معنوی بد بو شدن دهان
۲۰	پی‌نوشت‌ها
۲۲	وصیت‌های امامان برای خوشبو شدن دهان
۲۵	فصل ۲ : بوی بد دهان، یک بیماری
۲۵	یا نشانه‌ی یک بیماری
۲۵	تعریف بوی بد دهان (هالیتوسیس)
۲۷	هالیتوفوپیا - ترس از بوی بد دهان Halitophobia
۲۸	مکانیسم اصلی ایجاد بوی بد دهان
۲۸	درصد منشأ هالیتوسیس در قسمت‌های مختلف
۳۱	فصل ۳ : عوامل ایجاد کننده‌ی هالیتوسیس
۳۱	مواد ایجاد کننده‌ی هالیتوسیس (بوی بد دهان) و بدن

۳۲	زبان
۳۶	لثه و بیماری‌های پریودنتال
۳۶	آناتومی طبیعی لثه‌ها
۳۷	دلایل التهاب و بیماری‌های لثه
۳۹	بزاق زیاد / غلیظ (Thick saliva / ptylisme)
۳۹	خشکی دهان
۴۱	غدد بناگوشی
۴۲	غدد تحت‌ارواری
۴۲	غدد زیرزبانی
۴۲	بزاق
۴۴	بیماری (OSMF (oral submucous fibrosis)
۴۴	جراحی
۴۵	رادیوتراپی
۴۵	داروها
۴۷	بیماری‌های هیپوتالاموس
۴۷	بیماری‌های عفونی
۴۹	هالیتوسیس در کودکان
۵۰	آبسه (Abscess)
۵۱	مسواک
۵۲	بهداشت ضعیف دهان و دندان
۵۳	زخم‌های دهانی (Canker sore = mouth ulcer)
۵۳	دندان پوسیده و شکسته
۵۴	دندان پر کرده
۵۷	ایمپلنت

۵۸	 بریج یا پل (Bridge)
۵۸	 بیماری‌های لب
۵۹	 چرخه‌ی قاعدگی
۶۰	 ناهنجاری سینوس‌ها
۶۲	 ناهنجاری لوزه‌ها
۶۵	 ناهنجاری‌های اسکلتی مجمله
۶۸	 سیستم گوارش
۶۸	 معده
۶۹	 ریه‌ها
۷۰	 دیابت
۷۱	 کم‌خوابی و استرس
۷۲	 ناهنجاری‌های افتراقی
۷۲	 خمیر دندان
۷۳	 ترشحات پشت بینی (Post nasal Drips)
۷۳	 اسکلرودرما (scleroderma):
۷۵	 فصل ۴ : غذاهای کم‌کننده‌ی هالیتوسیس
۸۱	 فصل ۵ : مواد غذایی ایجاد کننده‌ی هالیتوسیس
۸۴	 نارسایی کبد
۸۵	 نارسایی کلیه‌ها
۸۷	 فصل ۶ : معاینه‌ی تشخیص و ارزیابی هالیتوسیس
۸۹	 درجه بندی بیماری
۹۳	 فصل ۷ : باکتری‌های مهم در تولید هالیتوسیس
۹۵	 فصل ۸ : بوی بد دهان در ماه مبارک رمضان
۹۷	 فصل ۹ : بوی بد دهان در طب سنتی

۹۹	بوی بد دهان ناشی از سرماخوردگی
۱۰۱	فصل ۱۰ : رفع بوی بد دهان
۱۰۱	مواد شیمیایی موثر در کاهش هالیتوسیس
۱۰۲	برخی از دهان شویه‌های رایج
۱۰۲	تمیزکننده‌های خانگی
۱۰۳	دهان شویه‌های خانگی
۱۰۵	خواب دندان‌های خانگی
۱۰۶	عاز شویه‌های خانگی
۱۰۹	فصل ۱۱ : ایندکس (index) های قابل ارزیابی در هالیتوسیس
۱۰۹	PI
۱۱۰	GI
۱۱۰	PPD
۱۱۰	TC
۱۱۱	فصل ۱۲ : درمان‌های جایگزین برای هالیتوسیس (Alternative Treatment)
۱۱۱	اوزون درمانی
۱۱۲	نوردرمانی (فوتوترایی)
۱۱۵	فصل ۱۳ : پیشگیری
۱۱۷	استفاده از نخ دندان
۱۱۸	اسکراپ زبانی
۱۱۹	قسمتی از منابع

پیش‌گفتار

در بدن انسان به خصوص در ناحیه‌ی دهان و دستگاه گوارش معمولاً باکتری‌هایی زندگی می‌کنند که به صورت طبیعی (Normal flora) در بدن فعالیت دارند و به فرآیندهای سیستماتیک بدن کمک می‌کنند و به همین دلیل حضورشان برای بدن ضروری است. هرگونه عاملی که موجب برهم زدن نظم مناسب باکتری‌های مقیم در بدن انسان گردد، موجب بروز بیماری خواهد شد.

یکی از مهمترین و بیشترین مقدار باکتری‌های ساختار بدن انسان، باکتری‌های بی‌هوازی هستند (باکتری‌هایی که برای ادامه‌ی حیات و رشد و نمو نیازمند اکسیژن نیستند). این نوع باکتری‌ها در ساختار دهان و سیستم گوارش انسان بیشتر از نقاط دیگر مستقر هستند و به فرآیندهای حیاتی بدن از قبیل تجزیه‌ی پروتئین، قندها و چربی‌ها، تولید آمینواسیدهای ضروری، تولید ویتامین‌هایی مانند B12، B9 کمک قابل توجهی می‌کنند.

بین آمینواسیدهای حاصل از تجزیه‌ی پروتئین‌ها، آمینواسیدهای (methionine) میتومین و سیستین (cystein) بیشترین میل ترکیبی را با مواد سولفوردار دارند.

گاهی این باکتری‌ها به دلایل مختلف و گاهی نامعین، تعدادشان بیش از حد مجاز و معمول بدن می‌رسد. عواملی همچون آنتی‌بیوتیک طولانی و قوی داروهای سولفوردار (Sulfodrugs)؛ تغییرات هورمونی مانند حاملگی، چرخه قاعدگی و... از این دست فاکتورها هستند.

حدود ۲۵ درصد از مردم به بوی بد دهان مبتلا هستند. در علم پزشکی و دندانپزشکی به بوی بد دهان هالیتوسیس: (Halitosis) گفته می‌شود.

هالیتوسیس علاوه بر اینکه می‌تواند نشانه‌ای از بیماری‌های سیستمیک بدن باشد، بلکه در جامعه‌ی کنونی یک بیماری محسوب می‌شود.

وقتی برای ملاقات انفرادی یک شخصیت از قرار کاری گرفته یا خواستگاری، تصورات خاصی در ذهن داریم و خود را همه‌گونه برای این ملاقات آگاه می‌کنیم، این را هم باید لحاظ کرد که بوی بد دهان ما می‌تواند تمام این محاسبات را بر هم بزند و طرف مقابل نه تنها هیچ لذتی از مصاحبت با ما نخواهد برد بلکه فقط مشتاق به اتمام رسیدن این قرار ملاقات است.

هالیتوسیس بدون شک می‌تواند اثر سویی در روابط زناشویی و خانوادگی افراد نیز داشته باشد. به همین دلیل این بیماری (هالیتوسیس) به‌عنوان یک بیماری اجتماعی یا بهتر است بگوییم دغدغه‌ی اجتماعی و انفرادی تلقی می‌شود، چرا که موجب منزوی شدن خیلی از افراد شده و آنها را از فعالیت‌های روزانه باز می‌دارد.

استرس و ترس‌ها و ذهنی اگرچه خود عاملی است برای ایجاد بوی بد دهان ولی خود نیز به دلیل ممانعت از انجام امور روزمره و عادی، به دلیل ترس از طرد و سرخورگی عاملی است برای دامن زدن به این استرس در نهایت افسردگی بیشتر.

از ۲۵ درصدی که دارای بیماری هالیتوسیس با بوی بد دهان هستند غالباً در سنین ۴۵-۱۵ سالگی قرار گرفته‌اند.

حدود ۸۵٪ از بوی بد دهان ریشه در دهان دارد و مابقی به دلیل مشکلات عیدیه‌ای است که باید ریشه‌ی آن را در بقیه‌ی سیستم‌های بدن مانند گوارش، کلیه‌ها، گردش خون، ریه‌ها و... جستجو کرد.

هالیتوسیس را می‌توان از سن ۲ سالگی به بعد آغاز کنید. در کودکانی که شیر مادر مصرف می‌کنند بوی دهان می‌تواند کاملاً طبیعی باشد و آن هر دو دلیل تجزیه‌ی چربی‌ها و پروتئین‌های بسیار زیاد موجود در شیر مادر است.

دهان به‌عنوان عضوی که آینده‌ی بروز رخداد‌های داخلی بدن است باید بسیار مورد توجه قرار بگیرد.

بوی بد دهان می‌تواند نمایشگر بسیار دقیق برای شروع یک مشکل سیستماتیک باشد. پس به هیچ وجه نباید آنرا در قاب سلامتی به حاشیه برد.

از آنجایی که در ایران یکی از مشکلات جدی دهان در جامعه وجود بوی بد دهان است به ذهن این حقیر رسید که در کنار تحقیقاتم، دست به تألیف این مجموعه بزنم.

این کتاب نتیجه‌ی جستجو و مطالعه از حدود ۱۸۵۰ مقاله و کتاب علمی است. امید است که علی‌رغم تلاش بسیارم در تألیف و جمع‌آوری این اطلاعات به روز، اگر نقص و کاستی در آن مشاهده

می‌شود صاحبان فن و اساتید و کسانی که در حال مطالعه‌ی این مجموعه هستند حقیر را عفو نمایند و با راهنمایی‌های خود، این ناچیز را در پیشبرد درمان این اپیدمی در کشور یاری نمایند.

حامد آتش پنجه

Hamedatp110@yahoo.com

www.ketab.ir