



بوی بد دهان (هالیتوسیس)

عوامل، علایم، تشخیص، درمان، پیشگیری

«راهکارهایی از طب نوین و طب سنتی در برطرف کردن بوی بد دهان»

دکتر حامد آتش پناه

۱۳۹۷

مؤسسه آموزشی تألیفی ارشدان

سرشناسه	:	آتش پنجه، حامد، ۱۳۶۵ -
عنوان و نام پدیدآور	:	بوی بد دهان (هالیتوسیس) : عوامل، علایم، تشخیص، درمان، پیشگیری راهکارهایی از طب نوین، طب سنتی در برطرف کردن بوی بد دهان/حامد آتش پنجه.
مشخصات نشر	:	تهران: آموزشی تالیفی ارشدان، ۱۳۹۷.
مشخصات ظاهری	:	۱۴۴ص: مصور(بخشی رنگی).
شابک	:	۹۷۸-۶۰۰-۹۹۵-۰۵۳-۹
وضعیت فهرست نویسی	:	قیفا
موضوع	:	دهان — بوی بد
موضوع	:	Bad breath
رده بندی کنگره	:	RCA1۵/۲۰۹ ۱۳۵۱
رده بندی دیویی	:	۶۶۱
شماره کتابشناسی ملی	:	۲۰۱۸۶



مؤسسه آموزشی تالیفی ارشدان

نام کتاب:	بوی بد دهان (هالیتوسیس)
تألیف:	عوامل، علایم، تشخیص، درمان، پیشگیری
ناشر:	(راهکارهایی از طب نوین، طب سنتی در برطرف کردن بوی بد دهان)
ویرایش:	حامد آتش پنجه
نویت چاپ:	آموزشی تالیفی ارشدان
حروفچینی و صفحه آرای:	اول
طراح و گرافیس:	اول ۱۳۹۷
شابک:	www.irantypist.com
شمارگان:	www.irantypist.com
مرکز خرید آنلاین:	۹۷۸-۶۰۰-۹۹۵-۰۵۳-۹
مرکز پخش و توزیع:	۱۰۰۰
قیمت:	www.arshadan.com
	www.arshadan.net
	۰۲۱۴۷۶۲۵۵
	۲۲۰۰۰ تومان

فهرست

عنوان

صفحه

مقدمه.....	۱۱
بوی بد دهان در روایات.....	۱۶
علل و اسباب بوی بد دهان.....	۱۶
علل و اسباب معنوی بوی بد دهان.....	۲۲
وصیت‌های امامان برای خوشبو شدن دهان.....	۲۹
بوی بد دهان، یک بیماری یا نشانه‌ی یک بیماری.....	۳۰
هالیتوسیس واقعی Genuine Halitosis.....	۳۱
هالیتوسیس کاذب (سودو هالیتوسیس Pseudo-halitosis).....	۳۲
هالیتوفوپیا - ترس از بوی بد دهان Halitophobia.....	۳۲
مکانیسم اصلی ایجاد بوی بد دهان.....	۳۳
عوامل ایجاد کننده‌ی هالیتوسیس.....	۳۵
زبان.....	۳۶
آناتومی زبان.....	۳۶
لثه و بیماری‌های پریودنتال.....	۴۰
بزاق زیاد / غلیظ (Thick saliva / ptylisme).....	۴۴
خشکی دهان.....	۴۵
غدد بزاقی.....	۴۶
جراحی:.....	۵۱
رادیوتراپی.....	۵۱
داروها.....	۵۲
بیماری‌های هیپوتالاموس.....	۵۵

۵۶	بیماری‌های عفونی.....
۵۷	هالیتوسیس صبحگاهی.....
۵۸	هالیتوسیس در کودکان.....
۶۰	آبسه (Abscess).....
۶۱	مسواک.....
۶۲	بهداشت ضعیف دهان و دندان.....
۶۳	زخم‌های دهانی (Canker sore = mouth ulcer).....
۶۴	دندان پوسیده و شکسته.....
۶۵	دندان پر کرده.....
۶۶	پر کردن بیش از حد دندان (Overhanged Restoration).....
۶۷	دندان عقل نهفته / دندان ایمپلنت (دندان گیرافتاده).....
۶۷	مشکلات ارتودنتیک.....
۶۹	ایمپلنت.....
۶۹	بریج یا پل (Bridge).....
۷۰	بیماری‌های لب.....
۷۰	چرخه‌ی قاعدگی.....
۷۱	ناهنجاری سینوس‌ها.....
۷۴	ناهنجاری لوزه‌ها.....
۷۸	جسم خارجی.....
۷۹	ناهنجاری‌های اسکلتی جمجمه.....
۸۲	سیستم گوارش.....
۸۲	معدده.....
۸۴	ریه‌ها.....
۸۵	دیابت.....
۸۶	کم‌خوابی و استرس.....
۸۶	سندرم بوی ماهی (Fish odor syndrom).....
۸۸	ناهنجاری‌های افتراقی.....

۸۸	خمیر دندان
۸۹	ترشحات پشت بینی (Post nasal Drips)
۸۹	اسکلرودرما (scleroderma)
۹۰	چاقی
۹۰	شیر
۹۰	غذاهای کم کننده هالیتوسیس
۹۶	مواد غذایی ایجاد کننده هالیتوسیس
۱۰۱	نارسایی کبد
۱۰۱	نارسایی کلیه
۱۰۲	معاینه‌ی تشخیص نارسایی هالیتوسیس
۱۰۴	ارزیابی بیمار مبتلا به هالیتوسیس
۱۰۸	بakteri های مهم در تولید هالیتوسیس
۱۰۹	بوی بد دهان در ماه مبارک رمضان
۱۱۱	بوی بد دهان در طب سنتی
۱۱۵	مواد شیمیایی موثر در کاهش هالیتوسیس
۱۱۶	تمیز کننده‌های خانگی
۱۲۳	ایندکس (index) های قابل ارزیابی در هالیتوسیس
۱۲۵	اوزون درمانی
۱۲۷	نوردرمانی (فوتو تراپی)
۱۲۹	پیشگیری
۱۳۳	منابع
۱۳۷	تصاویر

مقدمه

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 تعادل میان میکروب‌های 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 به نیازی از 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، فشرده‌سازی و چربی‌ها، تولید آمینواسیدهای ضروری، تولید ویتامین‌هایی مانند B9, B12 کمک قابل توجهی می‌کنند. بین آمینواسیدهای حاصل از تجزیه‌ی پروتئین‌ها، آمینواسیدهای (metionin) 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 آنتی بیوتیک طولانی و قوی داروهای سولفوردار

(Sulfodrags): 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 غربی، یک بیماری محسوب می‌شود.

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

هالیتوسیس بدون شک می‌تواند اثر سریعی بر 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 تشویش‌های 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 سرخوردگی عاملی است برای دامن زدن به این استرس و 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 خود دهان دارد و مابقی به دلیل مشکلات عذیده‌ای است که باید ریشه‌ی آن را در بقیه‌ی سیستم‌های بدن مانند گوارش، کلیه‌ها، گردش خون، ریه‌ها و ... جستجو کرد.

هالیوسیس را می‌توان از سن ۲ سالگی به بعد انتظار کشید. در کودکانی که شیر مادر مصرف می‌کنند بوی دهان می‌تواند کاملاً طبیعی باشد و آن هم به دلیل تجزیه‌ی چربی‌ها و پروتئین‌های بسیار زیاد موجود در شیر مادر است.

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

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

از آنجایی که در ایران یکی از مشکلات بوی بد دهان در جامعه وجود بوی بد دهان است به ذهن این حقیر رسید که در کنار ترجمه‌ی دست‌نویس 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 مطالبات 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