

מיתוס הריח הרע מהפה / ד"ר זאב רם מומחה לרפואת חניכיים

מקובל כי מקור הריח הרע מהפה הוא (1) מהקיבה, ממערכת העיכול או מהמעיים. (2) דרכי נשימה או מהריאות. (3) מהרכב מזון. (4) מסוג החיידקים מסוימים בפה או במערכת העיכול.

מקובל לפתור את בעיית הריח הרע ע"י: (1) שוטפי פה. (2) משחות שיניים מיוחדות. (3) ספריי לריענון הפה. (4) שינוי הדייטה, והגברת ויטמינים (5) מסז' לחניכיים עם קונוס גומי לחיזוק החניכיים ולמניעת דלקות (Rubber tip) (6) ניקוי עם זרמי מים (סילונית, Water pick) (7) מברשת שיניים חשמלית. (8) טיפול בעזרת אנטיביוטיקה. (9) לקיחת חיידקים פרו- ביוטיים.

האמת:

85-90% מהריח הרע מקורו בפה עצמו. הוא ניגרם ע"י חילוף חומרים ופירוק חלבונים ע"י חיידקים אנאירוביים הנמצאים בכיסי החניכיים ובחריצים בחלק האחורי של הלשון. הם יוצרים תרכובות גופרית שהן בעלות ריח של ביצים סרוחות. מקורות ריח נוספים: 10% מערות האף, 3% השקדים, 1% הקיבה בלבד!!!

ירידה הכמות הרוק תיגרום לעליה בריח הרע.

המלצות: (1) בדיקה ע"י מומחה לרפואת חניכיים המטפל בבעיות ריח, על מנת לוודא מקור הריח הרע בעזרת מכשיר ההלימטר. (2) טיפול "הכנה ראשונית" במרפאת חניכיים. (3) ניקוי יעיל של השיניים ע"י המתרפא (א) בחלק הגלוי – מהחניכיים כלפי הכותרת. (ב) בחלק הנסתר- מקו החניכיים כלפי קצה השורש ע"י השיננוע. (השיננוע הוא המכשיר היחידי לניקוי כיסי החניכיים ע"י המתרפא בביתו) (4) גירוד הלשון.

כל שוטפי הפה, משחות, שטיפה בלחץ מים, וכ' הם רק טיפולים קוסמטיים אשר אינם מטפלים בבעיה עצמה, אלא מכסים על הריח הרע.