

Eyvah!

Ağzım mı Kokuyor?

Hayatta diğer bir insana en zor söylenebilecek, öğrenildiğinde en zor tolere edilebilecek ya da söylendiğinde insanın kendisini kötü hissetmesine neden olabilecek, en hassas konulardan birisidir "ağız kokusu". Eşiniz söylediğinde belki bir tartışma, belki de kırgınlık sebebi. İş arkadaşınız söylediğinde, iş yerinde kendinizi kötü hissetmenize sebep olabilecek bir konu. Çocuğunuz söylediğinde, üzülerek çözüm arayışına girebileceğiniz bir durum. Arkadaşlarınız ya da dostlarınız söylediğinde belki de insanlardan uzaklaşmanıza sebep olabilecek bir sorun. Bazen de kimsenin sizi üzmemek için yüzünüze söyleyemeyeceği kadar özel bir konu...

Tarihi çok eski dönemlere kadar uzanan bir konudur ağız kokusu. Çok eski yıllardan beri ağız kokusuna sahip olan kimseler, bu kokuyu gidermek için çeşitli arayışlara girmişlerdir. Kimi zaman bir bitki sapı veya yapraklar çiğnenerek giderilmeye çalışılmış. Kimi zaman günahkar insanların ağızlarının kokuğuna inanılmış. Hipokrat bile konuya el atmış ve genç kızların ağızlarının güzel kokması için, şarap ile ağızlarına gargara yapmalarını, anason ve bitki tohumu çiğnemelerini önermiştir.





Peki nedir ağız kokusu ? Normal bir durum mudur? Yoksa bir hastalık mıdır? Tedavisi var mıdır?

Gelin hep birlikte bu soruların cevaplarını arayalım. Çünkü ağızının koktuğunu düşünen bir kimse diğer insanlardan uzaklaşmaya başlayabilir ve kimseyle yakın temasa geçmek istemeyebilir. Bu durum, ağız kokusuna sahip kişilerin etrafındaki kişiler için de çok dayanılır bir durum değildir.

Dr. Murat Aydın en anlaşılır şekliyle “ Bir-den fazla kişi, günün herhangi bir saatinde, yakın temasa gerek olmadan, aynı bireyin ağızında çirkin koku tespit ediyorsa ve bu durum en az birkaç ay boyunca kesintili veya kesintisiz olarak devam ediyorsa, bireyin kendisi bu çirkin kokuyu duymuyor olsa bile bu klinik tabloya ağız kokusu denir.” şeklinde tanımlıyor.

Dünya Sağlık Örgütü sağlığı; “Sadece hastalık ve sakatlığın olmayışı değil, bedence, ruhça ve sosyal yönden tam bir iyilik halidir.” şeklinde tanımlıyor. Buradan hareketle ağız kokusunun, bireyin bedenen, ruhen ve sosyal yönden tam sağlıklı olma durumuna ters düştüğü için, bir hastalık olduğunu söyleyebiliriz. Çeşitli sınıflamalara literatürde rastlamak mümkündür. Dr. Murat Aydın ağız kokusunu Tip 0, Tip 1, Tip 2, Tip 3, Tip 4, Tip 5 olarak sınıflandırmaktadır.

Tip 0: Fizyolojik ağız kokusu; kişinin sabah kalktığı anda ilk başta ağızda hissettiği ve birkaç saat içinde kendiliğinden geçen kokuya verilen isimdir. Her canlıda az ya da çok bulunan, fizyolojik ağız kokusudur. Tedavi edilmeye ihtiyaç yoktur.

Tip 1: Dil kokusu; dil sırtında koku bulunan hasta bu gruba girer. Dilin sırtında bulunan tüysü çıkıntıların arasına giren bakteriler ve kükürtlü aminoasitlerin sebep olduğu çirkin kokulu gazlar sebebiyle oluşan kokudur.

Tip 2: Boğaz-Sinus sebebiyle ağız kokusu; burun, sinüsler ve boğazda yerleşen bir enfeksiyonun uzun sürmesi sebebiyle ağızın arka kısmından kaynaklanan bir kokudur.

Tip 3: Sindirim kanalı sebebiyle ağız kokusu; mideden ağza doğru gelen kokulara verilen isimdir. Sindirim sistemi organları veya enzimleri, besinleri olması gerektiği gibi sindiremediği zaman, görevi bakteriler üstlenir ve çürümeye başlar. Bu sırada açığa çıkan gazlar kişinin istemi dışındadır ve ağızda koku olarak hissedilir.

Tip 4: Akciğerden gelen kokulardır ve nefes kokusu da denir. İki yolla oluşabilir. Birincisi

Güzel Gülüş- ler



DT. ZERRİN TÜFEKÇİ

akciğerde meydana gelen bir enfeksiyon sebebiyle oluşan çirkin gazların ağızda hissedilmesi. İkincisi şeker hastaları, gut hastaları, diyaliz hastaları, hamileler ve anesteziyen yeni çıkan hastaların ağızlarında görülen kokulardır.

Tip 5: Psikojenik sebebiyle ağız kokusu; hastaların ağızlarında aslında koku yoktur ama kendileri ağızlarında kokunun olduğuna dair bir takıntıya sahiptirler.

Peki tedavisi nasıl olmalıdır?

Mutlaka bir diş hekimi ziyaret edilmelidir. Çünkü ağızda çürük, dişetlerinde iltihap, uyumu bozulmuş dolgu, kaplama ve köprüler tedavi edilmeli ve ağız, diş hekimliği açısından sağlıklı bir hale getirilmelidir. Ağız bakımına dikkat edilmeli ve dişlerle birlikte dilimiz de mutlaka fırçalanmalıdır.

* Alkollü ağız gargaryalarından uzak durulmalı.(Alkolsüz, antiseptik ve çinko içeren gargaryaya örnek, Pharmol ZN'dir.)

* Çinkolu diş macunu tercih edilmeli (Piyasada bulunan çinkolu diş macunları (Alfabetik olarak) Colgate sensetif çok yönlü koruma, İpana expert 7 diş eti koruma, İpana Pro expert, Signal integral, Signal Nutriaktif'tir.)

* Çinkolu sakız (Vivident karbonatlı örnek-tir.) çiğnenmelidir.

* Alkollü içkilerin ağız kokusuna sebep olduğu unutulmamalıdır.

* Probiyotikli yoğurt yenmelidir.

Bu yaklaşımlarla Tip 1 ağız kokusu ortadan kaldırılacak ve Tip 2'nin de önemli bir bölümü iyileşecektir. Hastalar diğer Tip kokulara sahiplerse, sebebe yönelik tedavi için uzman doktorlarla iletişime geçmelidirler.

Sağlıklı dişlerle, mutlu ve huzurlu gülümsemelere sahip olmanız dileğiyle...