

癌症治療後的牙齒健康

兒童癌症的治療通常會增加患有牙齒問題的風險。作為兒童癌症康復者，你需要了解口腔護理對身體健康的重要性。

兒童癌症治療後牙齒問題的風險因素有哪些？

- 在你的恆齒完全長成之前進行化療，特別是在治療時你的年齡小於 5 歲。
- 包括口腔和/或唾腺的放射治療
- 接受過藥物**硫唑嘌呤**(Azathioprine)的治療（有時用於正接受造血細胞移植的患者）
- 造血細胞移植導致的**慢性移植物抗宿主病**

在兒童期治療癌症後會出現什麼樣的牙齒問題？

在兒童期進行**化療**可能導致的問題包括：

- 蛀牙風險增加
- 牙齒根部縮短或變薄
- 牙齒或牙根缺失
- 琺瑯質發展的出現問題導致牙的表面出現白色斑點或斑塊、牙齒凹陷和牙齒容易染色
- 長出來的牙齒形狀細小
- 牙齒發育或恆齒出牙出現問題
- 牙周（牙齦）病

由於牙齒發育緩慢，這些問題更容易在兒童期長時間（幾年）接受化療的人中發生。

可能是口腔和/或唾液腺**放射治療**引起的問題包括：

- 蛀牙風險增加
- 牙齒根部縮短或變薄
- 牙齒或牙根缺失
- 牙釉質異常發育導致牙齒上的白色或變色斑塊、牙齒凹陷和牙齒容易染色
- 長出來的牙齒形狀細小
- 早期牙齒甩落
- 稚齒不會脫落
- 牙齒發育或恆齒出牙出現問題
- 牙齒對冷熱產生敏感反應的風險增加
- 口乾症（由於唾液產生減少而導致口乾）
- 味覺改變
- 牙關緊閉（不能完全張嘴）
- 連接上顎與下顎的樞紐無法適當活動（造成耳痛）
- 咬合不良
- 牙周（牙齦）病

兒童、青少年和年輕成人癌症治療後的健康生活

- 下顎骨放射性骨壞死（牙科手術或拔牙後下顎痊癒的問題）（見相關健康鏈接：“下顎骨放射性骨壞死”）

兒童期接受**造血細胞移植**可能出現的問題包括：

- 蛀牙風險增加
- 口乾症（由於唾液產生減少引起的口乾）
- 牙周（牙齦）病

對這些問題我們可以有什麼對應的措施呢？

照顧牙齒和牙齦總是很重要，如果你在年輕時接受過放療或化療，則更為重要。如果你的牙齦不健康，它們會從牙齒上縮小，導致支撐根部的骨骼感染。這種骨頭會緩慢地溶解，導致牙齒變鬆。這種情況稱為**牙周病**（牙齒周圍的炎症）。牙周病可以通過刷牙和牙齦，以及每天至少一次用牙線在牙齒之間進行清潔來預防。照顧好牙齒和牙齦，結合常規就診，就可以預防蛀牙和牙齦疾病的發生。

如果你的恆齒沒有正常發育，你可能需要接受安裝人造牙冠的程序，以改善你的笑容和牙齒的功能。有時需要進行重建手術來矯正面部或下顎骨的不良骨骼生長。放射線可能會使口腔難以張開（**牙關緊閉**），或導致下顎肌肉有疤痕和硬化（**纖維化**）。下顎的伸展運動可以減少纖維化，提高你張開嘴的能力。你的牙醫將能夠指導你或推薦你接受職業治療以學習這些伸展運動。如果你有歪牙或牙齒細小的問題，可以通過牙粘合術（在牙齒前表面塗上一層薄薄的塑料材料以覆蓋任何瑕疵）來改善這種情況。如果需要牙箍，你的牙醫會做一次全景 X 光檢查，看牙齒，牙根和支撐骨是否足夠堅固支撐。如果你的面部或口腔接受過高劑量的放射治療並且需要進行牙科手術，那麼手術後患骨骼痊癒問題（**下顎骨放射性骨壞死**）的風險可能會增加。在任何牙科手術之前，你的牙醫應該與放射腫瘤學家討論這個潛在的問題。如果你進行異體骨髓移植或幹細胞移植（除了你自己以外的其他供體），讓你的牙醫知道是非常重要的，這樣牙醫就可以檢查顯示慢性移植物抗宿主病的變化和徵兆。

什麼是口乾症，如果有的話該怎麼辦？

乾燥的口腔，也稱為“口乾症”，可以在頭部或頸部接受放射線後發生。與口乾症有關的其他問題包括持續的喉嚨痛，口腔和牙齦的燒灼感，說話有問題，吞嚥困難，聲音嘶啞或鼻腔乾燥。口腔乾燥是唾液減少和/或唾液變稠的結果，並且可導致蛀牙。

經常飲用液體並且使用人造唾液可有助於緩解口乾症的症狀。進食無糖糖果能刺激口水的生產。適當的刷牙習慣對於口乾症患者非常重要。限制糖果和其他甜食的攝入量也同樣重要。你的牙醫可能建議你每天至少一次在牙齒上塗抹氟化物凝膠。氟化物作用於牙齒的琺瑯質，使其更能抵抗腐爛。你可詢問的牙醫看是否應該每天使用氟化物。

當要進行牙科程序時，我應該採取任何特殊措施嗎？

如果你有以下健康狀況，請務必告知你的牙醫：

兒童、青少年和年輕成人癌症治療後的健康生活

- 接受過脾切除（用手術切除脾臟）。
- 對脾臟高劑量的放射（40 Gy-4000 cGy/rads 或更高）
- 心瓣膜有漏洞或疤痕（這有時在對胸部的放射後發生）
- 腦室腹腔引流水到心臟或靜脈系統（用手術放置管子以排出大腦中的液體）
- 肢體保留手術（用金屬棒或骨移植物替換骨）
- 在造血細胞移植後患上的現有慢性移植物對抗宿主疾病

在以上任何的狀況下進行牙科手術，都可能因進入血液的細菌增加而增加患有嚴重細菌感染的風險。作為預防感染措施，如果你有任何這些情況，需要在進行任何牙科手術之前使用抗生素。

當計劃進行牙科手術時，請詢問你的牙醫看你有沒有需要在手術前服用抗生素。（另請參閱以下相關 Health Link：“脾臟預防措施”，“骨癌後的肢體保留”，以及“兒童癌症治療後的心臟問題”）。

患口腔癌的風險是什麼？

在兒童時期頭部和頸部曾經接受過放射線治療，或者在骨髓或幹細胞移植後患有慢性移植物對抗宿主疾病的人都會增加患有口腔癌的風險。使用任何形式的煙草或使用酒精與吸煙互相結合會大大增加這種風險。有些種類的人乳頭瘤病毒（HPV）感染也會增加患口腔癌的風險。你的牙醫應該在每次就診時為你進行口腔癌檢查。

如果你發現有任何一種以下情況，請立即通知你的牙醫：

- 一個不癒合或容易出血的傷口
- 口腔組織顏色有變化
- 口腔中有腫塊、增厚或粗糙斑點
- 口腔或嘴唇任何地方的疼痛、壓痛或麻木

大多數時候，這些症狀並不表示有任何問題，但是牙醫可以診斷這是否嚴重問題的徵兆。

我該怎樣做才能保持口腔和嘴巴盡可能的健康呢？

遵循以下這些建議（除非你的牙醫有別的意見）：

- 至少每六個月一次定期去看牙醫。確保你的牙醫知道你的健康史和你接受過的治療。（向你的腫瘤科醫生查詢你的治療摘要）請確保你的訪問包括口腔癌篩查，如果你發現任何口腔癌的警告信號，請務必通知你的牙醫。
- 在牙科手術之前進行全景 X 射線檢查，以評估牙齒的根部發育情況，並確定是否需要對你的牙科治療計劃進行任何修改治療摘要。
- 每天至少刷牙兩次
 - 使用含氟化物的牙膏有助於防止蛀牙。
 - 沿著牙齦線刷牙時，將刷子與牙齦略微傾斜。
 - 按照牙醫的建議使用軟毛牙刷。
 - 清潔牙齒的所有表面。
 - 刷舌頭去除可能導致口臭的細菌。

兒童、青少年和年輕成人癌症治療後的健康生活

- 每天一次或兩次用牙線清潔牙齒
 - 在牙齒之間小心使用牙線，因為單獨刷牙不能清除牙縫間的牙菌斑。
 - 輕柔地刷，以免傷到牙齦。
 - 使用牙線時出現少量出血是正常的，但如果出血增加或牙齦呈紅色和腫脹，這可能是感染的徵兆，你應該通知你的牙醫。
- 使用抗菌，不含酒精的氟化物漱口水（你的牙醫可以為你推薦最好的）。
- 經常飲用液體和使用人工唾液（可在大多數藥店免處方購買）。
- 經常塗氟化物。除了常規牙科清潔會接觸到的氟化物外，你的牙醫可能會建議你每天在家中清潔牙齒後使用氟化物漱口水或啫喱。
- 限制進食糖果和含高量碳水化合物食物。
- 不要使用煙草製品，只適量地飲酒（請諮詢你的醫務人員，看看你是否應該飲酒，因為酒精可能會增加兒童癌症治療後的其他問題）。
- 如果你的口腔或牙齦出現任何感染跡象，如牙齦發紅、疼痛、牙齦出血、牙齒疼痛或牙齒敏感度增加，請立即通知你的牙醫。

有關兒童癌症治療後牙齒健康問題的更多信息：

- 美國牙醫學會的牙齒健康網頁：www.mouthhealthy.org

由美國哥倫比亞特區華盛頓 Children's National Medical Center 的 Deborah Lafond 科學碩士，高級實踐護士，兒科護士，兒童腫瘤科護士改編自由田納西州孟菲斯 St. Jude Children's Research Hospital 治療完結後診所的 Melissa Hudson 醫學博士所寫的 "Save Your Smile"，已獲得許可使用。

由 Man Wai Ng 牙科醫生; Revonda Mosher 註冊護士，護理碩士，兒科護士，兒童腫瘤科護士; Joan Darling 博士; Louis S. Constine 醫學博士; Smita Bhatia 醫學博士，公共衛生碩士; and Lisa Bashore, 博士，註冊護士，兒科護士，兒童腫瘤科護士共同審閱。

繁體中文的翻譯是由香港中文大學醫學院的藥劑學院提供。

有關兒童癌症康復者的其他健康信息，請訪問：

www.survivorshipguidelines.org

注意：在整個 Health Links 系列中，術語“兒童癌症”用於指定兒童期、青春期或成年早期可能發生的兒科癌症。Health Link 旨在為兒科癌症的康復者提供健康信息，無論癌症是發生在童年、青春期還是成年早期。

免責聲明和所有權聲明

晚期效應指南和 Health Link 簡介：兒童、青少年和年輕成人癌症康復者的長期隨訪指南和隨附的 Health Link 是由兒童腫瘤學組制定，當中包括晚期效應委員會和護理學科的合作，由兒童腫瘤學組長期隨訪指南核心委員會及其相關工作組維護和更新。

致癌症患者（若患者是兒童，致他們的父母或法定監護人）：如果你對醫療狀況有任何疑問，請諮詢醫生或其他合格醫療服務提供者，不要依賴信息內容。兒童腫瘤學組是一個研究機構，並不提供個性化的醫療護理或治療。

致醫生和其他醫療服務提供者：信息內容並非旨在取代你的獨立臨床判斷，醫療建議，或排除其他合法的篩查，健康諮詢或兒童癌症治療特定並發症干預的標準。信息內容也不打算排除其他合理的替代性後續程序。信息內容是出於禮節而提供的，但並不是評估兒童癌症康復者的唯一指導來源。兒童腫瘤學組明白每個患者護理的決策都是患者、家屬和醫療保健提供者的特權。

兒童、青少年和年輕成人癌症治療後的健康生活

任何特定的測試，產品或程序均不由信息內容、兒童腫瘤學組或附屬方或兒童腫瘤學組成員認可。

不聲稱準確性或完整性：儘管兒童腫瘤學組已盡一切努力確保信息內容在發布之日是準確和完整的，但對於內容的準確性、可靠性、完整性、相關性或及時性不做任何明示或暗示的保證或陳述。

對兒童腫瘤學組和相關方的部分責任/對兒童腫瘤學組及相關方免於承擔賠償責任的免責協議：兒童腫瘤學組或其任何關聯方或其成員對因使用、審查或訪問信息內容而造成的損害不承擔任何責任。你同意以下免責條款：(i) “免責方”包括信息內容的作者和貢獻者，所有官員、董事、代表、員工、代理人以及兒童腫瘤學組和附屬組織的成員；(ii) 通過使用、審查或訪問信息內容，你同意自費處理任何和來自使用、審查或訪問信息內容的所有因素，訴訟原因，訴訟或要求造成的所有損失，責任或損害（包括律師費和費用），並同意免責和維護免責方，免“免責方”承擔賠償責任。

所有權：信息內容受到美國和全球版權法和其他知識產權法的保護。兒童腫瘤學組保留信息內容的移動版權和其他權利、所有權和利益，並主張法律規定的所有知識產權。你在此同意幫助兒童腫瘤學組保護所有版權和知識產權，以便兒童腫瘤學組在以後採取額外行動，其中包括簽署同意書和法律文件以及限制信息內容的傳播或複製。