

# 張恩維牙醫診所 牙周病照護達人

# 張恩維 致力口腔衛教 防患未然

因為一顆為鄉親服務的心，張恩維醫師回到台中豐原創立牙醫診所，全力提供一次到位的醫療服務。

文、攝影／洪詩茵



## 認真將事情做到好

從二〇〇五年創業至今，張醫師始終堅持自己當初創立診所的初衷，提供鄉親最好的醫療品質，不斷進修以保持自己醫療技術在最佳狀態，儘管在行醫過程中充滿了各種挑戰，始終堅持「醫者父母心」的執業初衷，盡力給予病患最適當的治療。

**身**為台中豐原人的張恩維醫師，有感於家鄉醫療水準與北部的差距，於台北醫學院就讀期間，就已立定回鄉服務的志願，一般牙醫學生五、六年級才開始見習，張醫師卻是大二就開始自己尋找見習機會，直接上牙醫診所請求給予學習機會，這樣的經歷也為他累積許多實務經驗。

「認真把事情做到好！」是台灣現階段各行各業最欠缺的態度，這種現象也出現在牙醫界，張恩維語重心長的表示：「為患者治療牙齒，應從患者的角度思考。從長遠來看，我希望用最好的材料與技術，給予患者最適當且高標準的醫療服務，就算醫療程序繁瑣，也會堅持一次一次做到位！」台中豐原鄉親私底下有一種說法「看不好的CASE找張醫師就對了！」足

見張醫師的用心，也因為有著這樣的理念，他加入牙醫師公會、校友會及擔任審查醫師，期盼藉此多服務及影響一些人。

## 口腔健康靠自己

身為牙周病主治醫師，張恩維提到，台灣四十歲以上的民眾，九〇%都患有輕重程度不等的牙周病，其中需要積極治療的佔比為四〇%，會有這麼高的比例，起因於台灣民眾普遍輕忽口腔衛生。牙菌斑及牙結石中的細菌為導致牙周病的主要因素，細菌會侵入牙周組織，造成破壞，初期可能出現牙齦紅腫或是流血，但多數沒有明顯症狀；若情況惡化，則會有牙齦腫





診所內堅持以空氣清淨機及紫外線光線殺菌，提昇患者就診的安全。

## 牙周病 @ 預防

### 1. 正確潔牙：

- 方式：以貝式刷牙法搭配牙線清潔牙齒，貝式刷牙法可確實清潔牙齒與牙齦交界處，牙線則可清潔齒縫處，使用牙線時，應確實將牙線放進牙齒縫隙中，將殘渣與菌斑刮出來。
- 時機：飯後立刻刷牙可能會有牙齒酸蝕問題（牙齒較軟者），建議飯後可先以清水漱口，十多分鐘後再刷牙；而牙線最好飯後立刻使用，不要讓食物殘渣卡在牙縫中太久。
- 次數：在一天當中，睡前的清潔是最重要的，一定要確實清潔牙齒，因晚上唾液分泌減少，口腔自清效果降低，是細菌破壞最嚴重的時候，一定要確實保持口腔清潔。

2. 定期洗牙、檢查：預防勝於治療，洗牙是預防牙周病很好的方法，而且牙周病早期可能毫無任何徵兆，若能利用每年兩次健保給付的洗牙，順便進行口腔健康檢查，將可早期發現、早期治療，降低未來治療的時間及金錢成本。

3. 增加抵抗力：維持營養均衡、減少壓力、戒除不良習慣，提高身體對病菌的抵抗力。

脹、咀嚼無力、牙齒動搖、牙周膿包等症狀，最後甚至脫落。

他指出，造成牙周病的原因，大多是口腔衛生不良、潔牙不確實，讓食物殘渣等卡在牙齒周圍，形成牙菌斑，並鈣化形成牙結石，形成有害細菌增長的空間，更進一步分泌毒素破壞牙周組織；遺傳體質也與牙周病有關係，但這一點較難預測；壓力大也是造成牙周病惡化原因之一，臨床就曾見壓力大引起的壞死性牙齦炎；糖尿病患者也要注意，只要牙周有一點齦東西殘留，就容易引起牙齦發炎惡化；此外，抽菸的人較之一般人，罹患牙周病比率高出三、四倍，因抽菸的人末梢血液循環不良，抵抗力較差。人的口腔中有四百多種細菌，只有維持口腔生態平衡，讓好菌比壞菌多，才能維護口腔健康。多年治療經驗讓張醫師深刻領悟，醫生的角色只是幫助，真正能夠治癒患者的還是他們自己，健康要靠自己的努力才能得到，這也是近年來他一直致力於口腔衛教的原因。

### 牙周病統合照護計劃

因牙周病的罹患比例高，日本於

## 牙周病 @ 傷害

1. 掉牙。
2. 引起心血管疾病。
3. 與糖尿病引發交互影響，牙周狀況較差的患者，也發現血糖不易控制，導致糖尿病變嚴重。

一九八九年發起「八〇二〇牙周病防治運動」，希望全國人口活到八十歲時仍保有二十顆自然牙齒，執行十五年，已降低二五%牙周病罹患率。有鑑於此，我國政府也推出「牙周病統合照護計劃」，張醫師表示：「牙周病為慢性疾病，需要長期奮鬥，牙周病統合照護計劃為患者提供更多治療配套，對牙周病治療有極大幫助，接受照護計劃之牙周病患者，每三個月可洗牙一次，目前已有診所加入此照護計劃，民眾可多做了解。」

眾所周知，洗牙是預防牙周病最好的方法，但牙醫師是否能根據不同的牙周病患者，而予以適切的治療，卻是患者無法得知的。張醫師建議，可以選擇有參加「牙周病統合照護計劃」的牙醫診所，或者是有口碑的牙醫師，最重要的還是，患者本身要養成良好的口腔衛生習慣，自然可遠離牙周病威脅。