

小六女生因外陰部紅腫疼痛來求治，經檢查發現紅腫部位裡有一個大潰瘍，並發現口腔黏膜也有數個破洞，詢問家屬確認小女生經常有反覆性嘴破問題，媽媽認為是孩子吃東西不乾淨引起並沒有重視，最後經診斷是白塞氏症造成。但也有很多原因造成反覆性口腔潰瘍，例如壓力、營養缺乏、女性月經、吃到某種食物等。

五分之一人口會反覆性口腔潰瘍

口腔潰瘍是很常見的問題，發生在兒童容易使餵食量減少，嚴重者易會脫水，需要積極檢查治療。汐止國泰綜合醫院小兒科主任馮文侃表示，根據統計報告，約有五分之一的人有反覆性口腔潰瘍，但一般民眾習以為常，認為是火氣大、睡眠不足、食物太燥等原因，大多沿用坊間療法，也有很多人忽略不理。所幸絕大部份都屬於輕度潰瘍，經7~10天就可自動痊癒，其他15%左右就需要幾週甚至1個月才會好，還有可能留下疤痕。

營養缺乏、情緒壓力易發作

造成反覆性口腔潰瘍的致病機轉目前還不是很清楚，只知道是體內細胞免疫系統被過度活化的結果，引發因素很多，包括創傷、情緒壓力、營養缺乏、消化吸收不良、女性月經期間、吃到某種食物等，口腔潰瘍便易發作。

合併其他症狀恐為特殊疾病

反覆性口腔潰瘍也可能是其他特殊疾病的表徵，如合併有皮膚紅疹，就需要考慮免疫系統的疾病，如白塞氏症、紅斑性狼瘡、天疱瘡等；若有關節腫痛，可能是紅斑性狼瘡、雷德氏症等；白塞氏症及雷德氏症也會有眼睛病徵；若合併有發燒，也要檢查是否屬於感染或風濕免疫類的疾病。必須經詳細詢問病史，才能找出可能原因。

單純口腔潰瘍可用類固醇

治療可自動痊癒的單純口腔潰瘍是為了止痛以利進食，並可使病灶早日癒合。最常用的藥物是外用類固醇製劑；對嚴重反覆發作者可以給予短期口服類固醇藥物，同時建議篩檢，排除前述特殊疾病的可能性。

清淡飲食+舒解壓力 可避免誘發

對反覆性口腔潰瘍的病人，應注意日常生活中易誘發的因素，多攝取含鐵、鋅及維生素B12食物，補充每日足夠水分，保持口腔衛生，使用溫和超音波牙刷減少口腔黏膜損傷，避免食物添加劑食品，盡量選擇清淡飲食，心理壓力的舒解也很重要。

全文網址：<http://times.hinet.net/news/17975892>