



## أنواع وأسباب قرحة الفم



تشكل قرحة الفم انتشاراً كبيراً لدى الكثيرين من الأشخاص في مختلف الفئات العمرية ، حيث يكون الفم عرضه لحدوث التهابات سطحية تظهر داخل الفم في النسيج الناعم المبطن لجدار الفم أو على اللسان ، مسببة ألم كبير للمصاب وبصفة خاصة عند تناول المشروبات والطعام أو عند التحدث مع الأشخاص ، فحدوث قرحة الفم تتعلق بأساليب النظافة للفم والاسنان ووجود البكتريا المتسببة نتيجة بقايا الطعام في الفم وغيرها من الأسباب التي تعمل على ظهور هذه البقع في الفم .

## **أسباب حدوث قرحة الفم**

تتنوع الأسباب الرئيسية التي تسبب قرحة الفم ما بين النظافة وتناول الأطعمة التي تعمل على ظهور مثل هذه البقع ، حيث نجد أسباب حدوث قرحة الفم كالتالي :

- إهمال في نظافة الفم والأسنان.
- الإصابة بجروح أنسجة اللثة والفم .
- ضعف جهاز المناعة.
- بعض أمراض الجهاز الهضمي .
- الاكثار من تناول الأطعمة الحامضة من الخضروات والفاكهة .
- الاكثار من تناول الحلويات .
- التوتر النفسي والقلق .
- نقص الحديد ونقص حمض الفوليك.
- نقص فيتامين B12 في الجسم.
- أجهزة تقويم الاسنان.

## **أنواع قرحة الفم**

- تقرحات الفم الصغيرة : يشكل هذا النوع منها الأكثر انتشاراً ، حيث يظهر في الفم نتوء أبيض اللون محاط بحواف حمراء من جدار الفم ويبلغ قطر هذه التقرحات ما بين ٢-١٠ ملم ، ويزداد حجمها خلال اليوم الأول من ظهورها في الفم ، ويكون الفم عرضه لظهور أكثر من واحدة في نفس الوقت ، وتحتاج لمدة ٧-١٢ يوم حتى يتم شفائها كلياً ، ومن الممكن أن تحدث خلال فترات صغيرة متقاربة من بعضها .
- تقرحات الفم الكبيرة المعقدة : هذه التقرحات يزداد قطرها أكثر من ١٠ ملم ، محاطة بهالة حمراء وحواف ظاهرة وبارزة وتظهر في المناطق الفومية البلعومية وعلى المخاطيات الحاملة للغدد ، ويسبب هذا النوع منها ألماً كبيراً قد يرافقه حمى وانتاج ليفي تحت فكي، وتستغرق فترة تصل لشهر لكي يتم شفائها ولكنها في كثير من الأحيان تترك أثراً على شكل ندبات.
- تقرحات الفم الحلانية الشكل : تتشكل هذه التقرحات بحجم صغير متعدد ومتجمع في مجموعات صغيرة ومنتشرة في أغلب أغشية الفم المخاطية ، ويمكن تكرار حدوثها في الفم على المدى القريب ولفترات متقاربة.
- تقرحات الهريس: هي تقرحات تقل نسبة حدوثها في الأشخاص ، وهي أكثر ألماً من الأنواع السابقة لتعدد التقرحات الصغيرة فيها، بحيث تشكل مجموعة منها يتراوح قطر الواحدة ٢-٣ ملم ، وتنتشر التقرحات بصورة كبيرة في الفم بأعداد تتراوح ما بين ١٠-١٠٠ وبالتالي تتطلب أكثر من اسبوعين لكي يتم شفائها وتلتئم جميع التقرحات فيها .

## علاج قرحة الفم بسرعة

يمكن علاج قرحات الفم فى تقليل الفترة اللازمة لشفائها والإسراع فى الشفاء ،لأنها تلتئم من جراء نفسها ولكنها فى الطبيعى تحتاج لمزيد من الوقت لى تلتئم القرحات ولكن هناك بعض الطرق للإسراع فى علاجها ،ومنها:

- استخدام بعض المضامض المضادة للالتهاب.
- المضمضة بمحلول الماء الملحى.
- استخدام مراهم موضعية تحتوى على مادة الستيرويد.
- فى الحالات المتوسطة يتم استخدام المخدر الموضعى والمنتجات التى تحتوى على البنزوكائينات.
- فى الحالات الشديدة يتم استخدام المضامض المزودة بالتيترا سيكلين والمخدرات الطبيعية الستيروئيات.
- وفى الحالات شديدة الألم يمكن حقن هذه القرحات بمادة الكورتيكوستيرويد داخل القرحة .

## طرق الوقاية من قرحة الفم

- الحرص على بقاء الفم نظيف بصورة دائمة .
- تنظيف الاسنان بفرشاة ناعمة.
- استخدام خيط تنظيف الاسنان بعد كل وجبة طعام.
- عدم التعرض للمناطق المصابة باللمس أو العض .

\*\*\*\*\*