

口腔黏膜科



就诊范围：

口腔粘膜病，即口腔某一部位黏膜的正常色泽、外形、完整性与功能等发生改变的疾病，如：口腔溃疡、扁平苔藓、口腔白斑、唇炎等。



深圳市人民口腔医学中心
扫一扫，了解更多口腔小知识



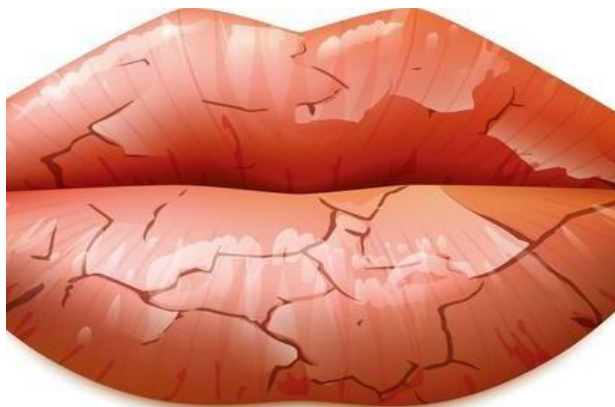
慢性唇炎知多少？

健康科普小知识



什么是慢性唇炎？

慢性唇炎又称慢性非特异性唇炎，特点是时轻时重，反复发作。以干燥、脱屑、渗出、结痂为主要特征。局部有明显的瘙痒感和灼痛感，常不自觉咬唇、舔唇或用手搓揉唇部、撕扯干燥的鳞屑，导致病损区破溃渗血、肿胀明显。继发感染后会出现脓痂等，疼痛明显，肿胀持久不退，严重时甚至影响唇部活动。



(图片来源于网络)

为什么会得唇炎呢？

慢性唇炎大多数病因不明，可能与下列因素有关：

1、长期的外部刺激：
如干燥气候、高温作业、烟酒化妆品等均与发病有关。

2、反复持久的日光暴晒：
尤其是夏日，故此类慢性唇炎又称为光化性唇炎。

3、不良习惯：
如舔唇、咬唇、唇外伤、感染处理不当等，均可形成慢性唇炎。

4、迟发型变态反应与感染性病灶：
漂唇可引起迟发型变态反应，慢性感染如慢性根尖周炎、鼻咽部炎症等。

如何治疗慢性唇炎呢？

1、避免各种刺激因素：

改变舔唇、咬唇、撕皮等不良习惯，戒烟酒、忌食辛辣食物，避免风吹和寒冷刺激，保持唇部湿润。

2、湿敷上药：

用浸渍生理盐水等液体或药物的消毒脱脂棉片贴敷于患处，每天 1-2 次，每次 15-20 分钟，轻轻擦拭浸软的鳞屑或痂皮后，患处涂抗生素类或糖皮质激素类软膏。

3、封闭治疗：

糜烂严重者，可以局部注射糖皮质激素类药物，以减少渗出，促进愈合。

4、微波治疗：

局部湿敷联合微波治疗适用于慢性糜烂的患者，微波可促进局部血液循环、加快药物吸收。

5、中药治疗：

本病与中医之唇风、唇肿、唇疮近似，治疗强调疏风健脾、清热祛湿、养血润燥。

日常生活中要避免以下行为

1、**经常舔嘴唇**：人的唇部粘膜厚度只有皮肤的三分之一，对干燥的空气、低温、冷风等环境特别敏感。当人用舌头舔嘴唇时，唾液带来的水分不仅会很快蒸发，还会带走唇部本来就很少的水分，造成越干越舔、越舔越干的恶性循环，出现皲裂甚至唇部肿胀、结痂等慢性唇炎的症状。

2、**撕扯嘴唇**：嘴唇出现脱皮或出现痂皮时直接撕去，会是疼痛加重、唇部出血、感染、创口难以愈合，形成恶性循环。

3、**刷牙后嘴角残留的牙膏沫，只用手抹掉**：一般牙膏都添加有易造成嘴唇干燥起皮的化学成分，刷牙后嘴角有残留的牙膏沫应用水洗净。

如何保护我们的嘴唇健康？

- **保持充足的饮水量**：
嘴唇干裂，应保持充足的饮水量。最好选择添加刺激性成分少的无色润唇膏来保护嘴唇。
- **外出戴口罩**：
口罩可以为嘴唇保暖、防风，外出戴上口罩可以尽量避免风吹日晒等外界刺激对嘴唇的伤害。
- **过敏体质的女性在涂抹口红、唇膏前**，可以唇部小范围试用该产品，如果在涂抹口红、唇膏后，唇部有瘙痒不适或者灼烧感等症状，应立即停用，并及时到正规医院就诊，以防病情加重。
- **女性在化妆涂口红或唇彩前**，应先涂上润唇膏保护唇部，睡觉前也别忘了为唇部细心卸妆，以免嘴唇受到化学伤害。
- **少吃辛辣刺激的食物**，适量补充多重维生素，多吃新鲜水果、蔬菜。
- **纠正不良的生活习惯**，戒烟烟酒，规律作息。

