

從 PTT 網站分析國人牙齒健康問題

游可馨

1. 為何選擇分析這些資料？

我是一個蠻注重牙齒健康的人，我有一陣子每天都上 PTT 的 teeth_salon 版看文章，現在沒有每天看，但是一個禮拜也會上去個三到四次，然後我覺得身邊的朋友很多都沒有有一些牙齒保健觀念吧！我有朋友害怕看牙醫，因此國中後就都沒有在看牙醫，直到有一天臉腫起起來，掛了很多科別包括神經科、耳鼻喉科等等，最後才發現是牙齒的問題，三顆牙齒已經蛀的很誇張，要根管治療，其中還有一顆險些面臨拔牙的命運.....；也有朋友是覺得反正老了牙齒都會壞光要裝假牙，現在假牙技術很進步，就對自己的牙齒狀況一點都不在乎；身邊也不少矯正牙齒的朋友，加上我平時也蠻常關注這個版，因此選擇分析這些資料。

→目標為何？想了解或回答什麼問題？

我的目標是想讓更多人開始對牙齒的健康有多一點的意識，也想了解困擾台灣人最多的問題是什麼，不要等到很嚴重了才有意識去治療，畢竟預防勝於治療啊～

→為何選擇從這網站取得資料？

因為我能想到有比較大量探討牙齒的資料就是 PTT 了，而且其實台灣蠻人都會使用 PTT，也因為 teeth_salon 有駐版醫師（也有人稱鍵盤醫師），但也因為這一點所以上面會有蠻多人上去詢問自身問題、尋求大家的意見，包括我自己也有貢獻一些文在這個版，因此最後選擇 PTT。

→這份分析可能有什麼用途，帶來什麼影響？

可能可以讓看到這份報告的人開始有一點牙齒保健觀念，未來省錢不用植牙等等，老了仍是有一口好牙可以吃東西！

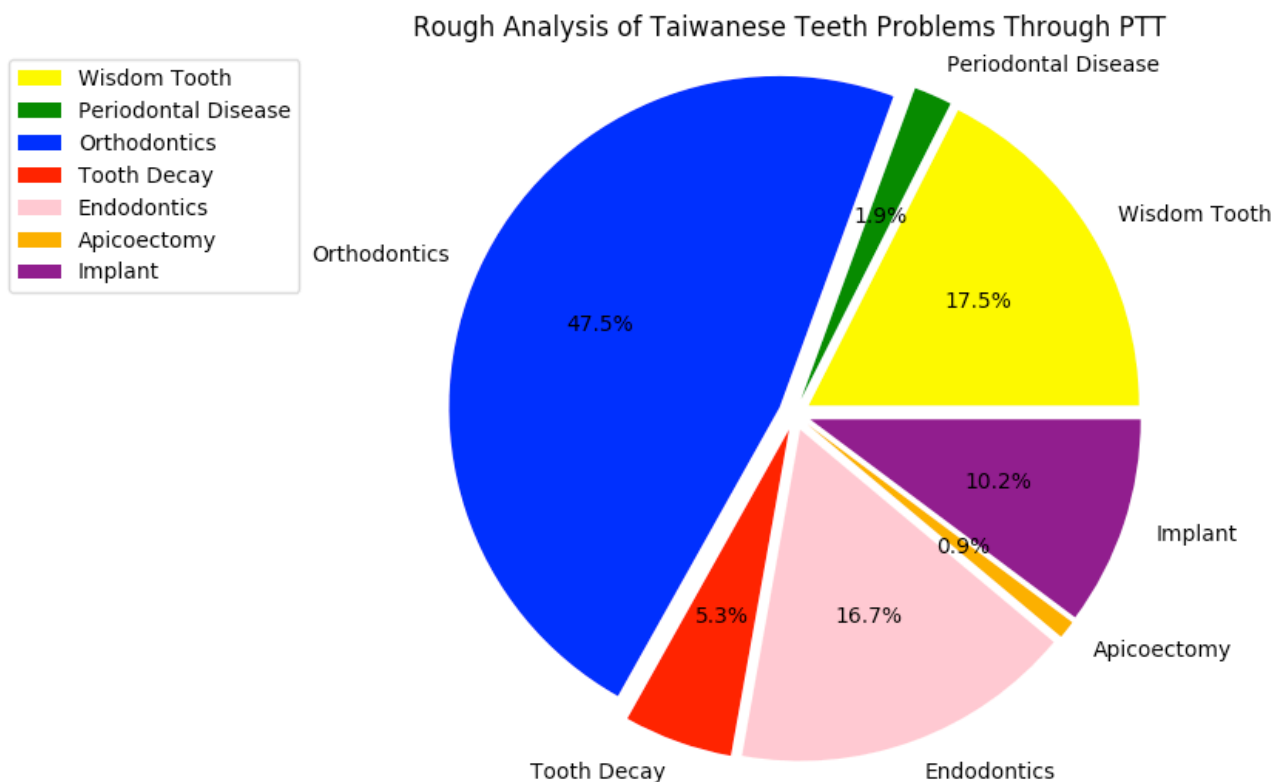
2. 從這份資料中觀察到什麼？對此的看法？

首先，我資料的形式大概是這樣的：

id	標題	類別	日期	分類
0	[問題] 缺牙一定要做假的嗎？	假牙	2018.07.30	問題
1	[請益] 矯正五年了，該繼續堅持嗎？	矯正	2018.07.29	請益
2	[問題] 矯正牙線推薦	矯正	2018.07.29	問題
3	[問題] 植牙 35000 元？	植牙	2018.07.29	問題
4	[問題] 台中根尖切除術	根尖	2018.07.28	問題
5	[問題] 全瓷冠 12000 元合理嗎？	假牙	2018.07.26	問題

由於 PTT teeth_salon 沒有強制規定標題的格式，因此像是上圖的「全瓷冠 12000 元合理嗎？」全瓷冠是屬於根管治療後要套一個套子保護牙齒，以免未來不小心咬到比較硬的東西裂掉，一但裂掉就只能拔掉了，全瓷冠這一部分屬於假牙的部分，但是在我這次的分析中我的搜尋關鍵字為「根管」，雖然全瓷冠是根管延伸出來的後續治療，但卻會被過濾掉，因此我爬了 351 頁 PTT，每一頁又有非常多篇文章標題，希望能藉由較大的頁數爬取量來彌補這一點漏洞。

首先我先設定一些我認為比較常見的七種牙齒問題，以下為統計結果：



總搜尋個數為：3423

智齒 (Wisdom Tooth)	出現個數為：600	百分比為 17.53 %
牙周病 (Periodontal Disease)	出現個數為：64	百分比為 1.87 %
矯正 (Orthodontics)	出現個數為：1625	百分比為 47.47 %
蛀牙 (Tooth Decay)	出現個數為：182	百分比為 5.32 %
根管 (Endodontics)	出現個數為：573	百分比為 16.74 %
根尖 (Apicoectomy)	出現個數為：30	百分比為 0.88 %
植牙 (Implant)	出現個數為：30	百分比為 0.88 %

第一名：矯正 Orthodontics

矯正的數量佔了圓餅圖的接近一半，現在矯正真的蠻常見的，而且我真心覺得牙齒會讓一個人看起來很不一樣，不過我覺得在美麗與健康上是要有停損點的，我的同學她因為第一次矯正時牙齒中線沒有對齊好，因此又去做了按次矯正，然後仍是不滿意，她覺得牙齒仍是有一點暴暴的，因此決定去做第三次矯正.....。其實矯正或多或少會造成牙根吸收，很多人其實都只在意「牙齒有沒有排整齊」，並不會去在意在矯正會造成的一些問題，但我覺得這蠻不好的，因為牙齒有很多的情況是不可逆的，因此除了金錢考量，自身的條件以及後果也都要想清楚，並且找到好的醫生，不然等到後悔都來不及了。

第二名：智齒 Wisdom Tooth

出乎我意料之外的是智齒，沒想到有那麼多人有智齒方面的困擾、問題，其實我之前對智齒之前是有一點誤解的，我以前覺得好的牙齒不要隨便拔，即使是智齒，哪一天它可以當成備用牙齒也說不定，雖然說智齒真的可以搭配矯正來成為備用的牙齒，但如果智齒已經長歪，影響到整個齒列的整齊度、造成前一顆牙容易蛀牙等等，那就應該盡快去處理，拔智齒的最佳時機就是 19、20 出頭歲啦！因為這時候智齒剛長或是長好了，此時去處理的預後好，若是同樣情況等到三十歲出了問題要拔，可能就會被很多牙醫師建議不要拔，也有人預後不好，拔了以後凹了一個洞在那，會自費補骨粉或是膠原蛋白等等，teeth_salon 版也有這一方面的討論！

第三名：根管 Endodontics

根管治療是圓餅圖中所佔面積第三大的，可以發現蠻多人根管治療的，而根管治療最大的原因就是蛀牙住的太嚴重，蛀到神經裡面因此需

進行根管治療，因為蛀得太深，根管後需要套一個牙套來保護牙齒，版上也有很多討論牙套材質的文章，但因為根矯正的牙套的用字相同，所以在此就沒有用牙套下去搜尋。當然根管治療並不僅僅是蛀牙原因，也包括牙齒受到外力撞擊，導致神經壞死需要治療的方式之一。

第四名：植牙 Implant

圓餅圖中植牙也不少，臨床上造成牙齒脫落原因很多，其中以牙周病佔最高的比率，植牙除了很貴以外，還是有條件的，不是你要植牙就可以做的，病患的自身條件也非常的重要，年齡越年輕的齒槽骨高度、寬度與密度的條件愈好，而且免疫功能也愈強，所以越年輕植牙成功率愈高；齒槽骨的高度是決定能否接受人工植牙最重要因素，因為齒槽骨的高度不夠，很容易造成傷害上顎鼻竇與下頷神經受損的風險；齒槽骨的密度在人工植牙的條件中亦是非常的重要，往往是決定一顆人工植牙的壽命與咀嚼功能，如果骨質密度太鬆，那麼植入的人工植體就好像種入泥濘中，很容易導致人工植體鬆動。如果密度太硬，會因為在植入過程中，因溫度太過熱而失敗，也會因骨髓量太少而導致人工植體骨整合不良而鬆脫。所以齒槽骨密度太疏鬆或太緻密都會影響人工植牙的壽命。

第五名：齲齒 Tooth Decay

蛀牙比我想像中的少，但是後來想想，我認為蛀牙雖然是普遍大家都有的問題，只是通常有定期去檢查牙齒的人就會發現，並且及早處置，就不會演變到後期蛀到神經→根管治療→牙套，那也就不會上來版上發問了，版上的蛀牙文章都是已經蠻嚴重的狀況了，也就是要面臨根管治療、痛到睡不著覺的那種嚴重程度。

第六名：牙周病 Periodontal Disease

牙周病也比我預期的少很多，很多老人都沒有牙齒了，甚至是全口假牙，最大的原因就在於牙周病！現代臨床醫學研究表明：牙齒不是老掉的，而是牙周病和齲齒所致！牙周病算是一種慢性病，病程長、進展緩慢、早期一般無明顯症狀，因此不易被患者察覺，造成延誤治療，而牙周病的罪魁禍首就是牙菌斑和牙結石，早期會引發牙齦發炎，出現牙齦紅腫、刷牙流血等徵兆，然後漸漸的蔓延至齒槽骨，破壞牙齒的支撐，造成牙齒鬆動甚至脫落，所以老了牙齒就會鬆動脫落是自然現象，無法避免，這個觀念是錯的！！！每天認真刷牙、定期半年洗牙一次、預防

牙周炎、預防齲齒才是最重要的。

第七名：根尖 Apicoectomy

這個我猜是大家最陌生的吧，或許有人聽過根尖囊腫，有些案例是牙齦上會長出膿包，可能原因有很多，處理方式有根管治療、根尖手術等等，可以上網搜尋一下根尖手術的影片，看完應該就會開始認真愛護牙齒了，希望大家有一天都不要到真正需要了解它的那一步！

結語：

希望能有越來越多人重視自己的牙齒健康，平常好好刷牙照顧，定期回診洗牙檢查，相信多數人老了對十後牙齒都還在，畢竟假的牙齒再怎麼樣也比不過上天給我們的一口好牙啊！