

调查：插鼻胃管病患风险更高 舌头上病菌未清除干净或引发肺炎

针对 60 名无自理能力年长者的一项调查显示，在 33 名有插鼻胃管的年长居民中，高达 45.5% 患有肺炎，而仅 7.7% 没有插鼻胃管的年长者最终感染肺炎。参与调查的医生向《联合早报》解释，这是因为呼吸管等让细菌有地方定植。

李熙爱 leeheeai@sph.com.sg

口腔卫生照顾不好可能引发肺炎，本地一项调查显示，口腔内特别是舌头上的病菌若没清除干净，可能会被吸入肺部引发肺炎，而喉咙有插管的病人风险更高，调查中有近一半感染了肺炎。

新加坡国立大学牙科学院一

组研究人员，针对 60 名居住在本埠一家长期护理中心的无自理能力年长者展开为期一年的纵向调查，了解口腔内的呼吸道病菌会如何引发肺炎。

在 33 名有插鼻胃管的年长居民中，高达 45.5% 患有肺炎。相比之下，只有 7.7% 没有插鼻胃管的年长者最终感染肺炎。

至于在喉咙进行气管造口术

(tracheostomy) 呼吸的 17 名年长居民中，高达 47.1% 患上肺炎，没有气管造口术的人当中仅约两成感染肺炎，概率少了超过一半。

参与调查的国大牙科学院副教授及高级顾问方素玲医生和国大牙科学院副教授陈凯淑医生向《联合早报》解释，这是因为呼吸管等让细菌有地方定植。定期刷牙和使用氯己定(chlorhexidine) 漱口水等是保持良好口腔卫生的主要做法。

调查也显示，呼吸管或食管上的细菌，以及牙齿的生物膜(biofilm)，都可能在舌头上定植，而舌头上的病菌与肺炎

有很大的关联，因为高达 90% 口腔内有呼吸道病菌的年长居民，病菌出现在舌头而非牙菌斑(plaque) 上。

报告解释，这是因为舌头表面粗糙又有裂隙，细菌很容易定植并形成生物膜，舌头位置也更靠近肺部，所以舌头比牙齿上的细菌更可能被吸入肺部。这对体能和免疫上无法很好防范口腔病菌的年长者更是如此，因为他们没有办法通过吞咽等来有效清除口腔内的口咽分泌物。

在多种呼吸道病菌中，流感嗜血杆菌(haemophilus influenzae) 和绿脓杆菌(Pseudomonas aeruginosa)

与肺炎的关联最大。在调查进行的一年里，最终感染肺炎的病人痰内出现了这些病菌，他们的舌头也更可能出现这两种病菌。

牙结石越多肺炎风险更高

方素玲和陈凯淑解释，这些呼吸道病菌可能从受感染的人得来。然而，健康的人就算嘴里有这些病菌，病菌数目不大，也不太可能影响身体。但体弱的年长者或不能很好控制神经肌肉，无法像健康的人一样吞咽来清除口咽分泌物，因此病菌可能进入肺部引发肺炎。

牙结石(calculus) 也是另一个与肺炎息息相关的因素。调

查显示，牙结石越多的人，更可能患有肺炎。牙结石是长期在牙齿或牙龈周围没被清除的牙菌斑硬化形成的，需要专业牙医才能清除。

参与调查的长期护理中心，护士每天都为年长病患清洗嘴巴，但多数年长者仍有显著的牙结石。

虽然这些年长居民有口腔问题时可以寻求牙科服务，但没有定期安排清除牙结石的专业服务，因此牙结石可能脱落并被病人吸入肺部导致肺炎。

调查因此建议，除了日常刷牙，也须定期清除舌头上的生物膜和牙结石以减少肺炎风险。