

新聞稿——即時發佈

傳媒聯絡： 翁家琪 (Dorothy Yung) 電話：9363 0084/ [dorothy.yung@halo-pr.com.hk](mailto:dorothy.yung@halo-pr.com.hk)  
Halo PR 鄧詠茵 (Michelle Tang) 電話：6779 1210/ [michelle.tang@halo-pr.com.hk](mailto:michelle.tang@halo-pr.com.hk)

2014年8月18日

## 近7成牙醫遇病人要求牙齒如雪般白/愈白愈好 敏感牙齒患者誤用高磨損度美白牙膏 可傷牙 牙醫籲牙齒美白需兼顧健康

港人近年愈來愈注重外表，牙齒美白也愈見普遍；坊間家用牙齒美白產品如雨後春筍，但若誤用，當中潛在傷害牙齒的機會。牙醫表示，市民在使用牙齒美白產品時，特別是有敏感牙齒的人士，應避免使用高磨損度的美白牙膏，並根據牙醫建議，使用磨損度較低的產品，切勿為美白而犧牲牙齒健康。

為了解港人近年牙齒美白的趨勢以及牙齒健康，葛蘭素史克委託香港大學民意研究計劃於2014年7月進行「牙醫調查：港人牙齒美白觀念及趨勢」，調查以問卷訪問了233名香港註冊牙醫。結果發現，分別有42%及35%受訪牙醫表示，近年使用美白牙膏或使用牙齒美白產品、網上自學美白漂牙的人較5年前多。受訪牙醫表示不少人自行選用坊間的牙齒美白產品，以美白牙膏(94%)和美白牙貼(74%)最多，美白牙粉及漂白劑亦各佔32%。

### 牙齒美白年輕化 20-39歲最多

關注牙齒美白不限於女性，調查發現，牙齒美白男女比例約為23%(男)：77%(女)，主要集中在20-39歲的人士。牙周治療科專科醫生馮建裕表示：「近年牙齒美白有年輕化的趨勢，可能與港人的飲食習慣改變有關，例如：較多飲用咖啡、茶或港式奶茶等；此外，韓星效應(韓星的牙齒如雪般白)加上近年社會比較注重外表，令不少人更關注牙齒美白；近年亦有不少大專學生於求學時期已開始牙齒美白，以在求職時予人良好印象。」

### 港人美白期望不切實際

雖然牙齒美白日漸普遍，但港人期望卻不切實際：76%受訪牙醫遇過求診人士對牙齒美白有不當期望，當中包括：

- 「要求牙齒如雪般白/愈白愈好」(69%)
- 「在牙醫診所做牙齒美白療程同時，再採用其他家用牙齒美白產品以加快美白」(19%)
- 「牙齒亮白程度已改善，再繼續美白療程可能會傷到牙齒，但仍堅持作進一步美白」(11%)
- 「要求美白程行進行得更頻密」(11%)。

### 牙齒不可能「白到反光」

牙醫馮建裕指出：「近年不時看到牙齒美白產品的廣告，強調牙齒可以立即變白、變白幾度甚至可以『白到反光』，其實都是不切實際的期望。」他指出，由於琺瑯質一般為透明或是乳白色，而內層象牙質一般是微黃色，所以象牙質的微黃色澤較易透現出來。隨年紀漸長，象牙質會增厚，恆齒就會顯得更黃；廣告中的「白到反光」，根本不是牙齒的天然顏色，不少可能是電腦改圖令牙齒變白。

他解釋，牙齒變色可能與口腔問題有關，而吸煙或經常飲用深色的飲品如茶、咖啡等，都會令色素沉積在牙齒表面。牙齒美白是指透過清除牙漬，在原本的牙齒顏色上提亮牙齒，令牙齒看上去更明亮，但不能令牙齒「白到反光」。

## **逾六成受訪牙醫有病人因美白致牙齒問題**

有 62%受訪牙醫表示，有病人因為自行使用坊間的牙齒美白產品，而出現牙齒問題，當中以牙齒敏感佔最多(53%)、其次是琺瑯質受損(33%)、牙肉敏感/發炎(21%)，更有約一成(8%)牙醫表示曾有個案出現較嚴重的牙齒問題如牙腳萎縮等，顯示不少港人因美白而賠上牙齒健康，情況令人關注。

## **美白牙膏最常用**

目前牙齒美白主要有三個方法：牙醫美白療程、市面家用美白產品(如美白牙貼、美白牙粉及漂白劑)及美白牙膏，當中美白牙膏最多人使用。

美白牙膏主要分三種：漂白牙膏、磨砂粒子牙膏和化學成份美白牙膏。當中漂白牙膏的成分，雖然與牙醫診所所用成份相若，但部份濃度僅 1%。濃度低加上使用時間短，暫時缺乏證據證明漂白牙膏可以改善牙齒內部顏色。

## **磨砂粒子美白牙膏磨損度較高**

至於磨砂粒子牙膏(Whitening toothpastes with abrasive substances)，原理如用在臉上去角質的磨砂膏，靠磨砂粒子磨走牙漬。市面上不少牙膏含有磨砂粒子幫助清潔及去除牙漬，然而部份美白牙膏的磨砂粒子較粗。牙醫馮建裕指出，磨損度 (relative dentine abrasivity, RDA)是一個用以量度牙膏磨損牙齒程度的級別指數，RDA 數值越高，牙膏的磨損程度則越高，對牙齒造成損耗越嚴重。

## **化學成份美白牙膏磨砂粒子牙膏磨損度較低**

而化學成份的美白牙膏，則以化學原理減少牙齒表面的牙漬。咖啡、茶等食物會依附在牙齒上的鈣質，形成牙漬，化學成份可依附在牙齒上的鈣質，令牙菌膜更容易被刷走，同時吸收牙漬的分子，防止牙漬形成。

## **有家用漂白牙齒產品使用者出現牙齒敏感**

牙醫診所的美白療程和家用漂白牙齒產品，均利用漂白劑氧化色素達到漂白效果。牙齒漂白劑常用成份包括：過氧化碳醯二胺 (Carbamide Peroxide)及過氧化氫 (Hydrogen Peroxide，俗稱雙氧水)。

「牙醫診所用的漂白劑約為 15-38%過氧化氫，而家用漂白牙齒產品的濃度約為 3%-10%，美白效果較不明顯；同時，家用漂白牙齒產品的牙套不是度身訂造，未必能緊貼牙齒，漂白劑有機會接觸牙肉，造成牙肉發炎；使用者亦有機會誤吞漂白劑，傷及舌頭和喉嚨。」牙醫馮建裕補充，約有三分之二<sup>ii</sup>的家用漂白牙齒產品使用者，出現輕微至中等程度的牙齒敏感。

牙醫馮建裕補充：「過半香港人曾出現敏感牙齒症狀<sup>i</sup>，可見敏感牙齒十分普遍，患者更要小心選擇美白產品，因為部份美白產品磨損度高，可傷牙，而被磨損的琺瑯質並不能復原，令敏感牙齒的狀況惡化。」

## **牙齒美白需兼顧健康**

牙醫馮建裕提醒，牙齒美白已成趨勢，選用牙齒美白產品時不應對美白效果抱不切實際的期望，並因應個人需要及牙齒狀況選擇，或可請教牙醫意見。

同時要緊記，牙齒美白的效果因人而異，若美白期間繼續吸煙、飲咖啡或茶等，會令牙漬積聚。而使用家用牙齒美白產品時亦應該跟從包裝上指示使用，美白同時也需兼顧牙齒健康。

<sup>i</sup>「港人敏感牙齒調查」，香港大學民意研究計劃，2010年8月

[http://a2012.hkpop.hku.hk/chinese/report/sensitiveteeth10/content/resources/Survey%20ppt\\_Sufferer.pdf](http://a2012.hkpop.hku.hk/chinese/report/sensitiveteeth10/content/resources/Survey%20ppt_Sufferer.pdf)

<sup>ii</sup>Tooth Whitening/Bleaching: Treatment Considerations for Dentists and Their Patients, ADA Council on Scientific Affairs, American Dental Association,

[http://www.ada.org/~media/ADA/About%20the%20ADA/Files/whitening\\_bleaching\\_treatment\\_considerations\\_for\\_patients\\_and\\_dentists.ashx](http://www.ada.org/~media/ADA/About%20the%20ADA/Files/whitening_bleaching_treatment_considerations_for_patients_and_dentists.ashx)