

ÖN SÖZ

Dünya üzerinde her 4 kişiden 3 tanesi ağız kokusundan şikayetçidir. Çok sayıda insan ağız kokusu sebebiyle toplumdan uzaklaşmakta, sakız veya naneli şeker ile ağız kokusunu maskeleyerek, yalnızlığa sessizce razı olmaktadır. Arkadaşı, babası, kızı, eşi ile öpüşmemektedir, ağız kokusunu gizlemek için kalabalık ortamlarda ağızını açmamakta ve konuşmamaktadır. Dostları ile yakınlaşmaya çekinmektedir. Böylece izole olup asosyal olmaktadır. Dolayısı ile ağız kokusu hem biyolojik hastalıktır hem de bir psikolojik çöküntü sebebidir. Çünkü ağız kokusu sosyal bir incinme sebebidir. Tedavisiz kaldığında psikolojik bir içe büzülme ile sonuçlanır.

Böyle hastalar ağız kokusunu azaltmayan, tam tersine kullanıldıktan saatler sonra kokuyu artıran pahalı ithal ürünler, kozmetik sprey ve gargaralar, ve naneli şekerler arasında gidip gelmekte, avuç dolusu para ödeyerek satın aldığı ürünlerin etkisiz olduğunu görerek daha fazla güvensizleşmekte ve daha da umutsuzlaşmaktadır. İnternetteki dedikodularında ve koca karı ilaçlarında çözüm aramakta, gümüş suyu içmekte, çeşitli otları kaynatarak burnuna damlatmaktadır. İnternet forumlarında ağız kokusundan yakınan insanlar birbirlerine kocakarı ilaçları ve üfürükçü telefonları tavsiye etmektedir. Bir çok insan evlenemeyip bekar kalmakta, insanlarla yakın temasta bulunmamak için üst makama terfi olmayı bile reddetmekte, öğrencisine, öğretmenine ve eşine yakınlaşmamaktadır, hatta boşanma davaları açılmaktadır. Daha da fazlası olmakta, bazıları çaresizlikten intihara teşebbüs etmektedir. (Bkz. <http://agizkokusu.net/agizkokusu-durum.html>). Ağız kokusunun sebep olduğu sosyal ve psikolojik problemler biyolojik problemlerden daha fazladır.

Dünyanın birçok ülkesinde ağız kokusu tedavi merkezleri kurulmakta fakat bizim ülkemizde bu hastalık yok farz edilmektedir. Sağlık sektöründe dikkatleri ağız kokusuna çekebilmek amacı ile, bir hekim olarak ağız kokusu hakkında akademik seviyede kapsamlı bir eseri, 2008 yılında meslektaşlarımın hizmetine sunmuştum (<http://www.aydinmur.com/akkitabı.html>), böylece meslektaşlarımın bu konuda daha kapsamlı muayene ve tedavi yapmalarına küçük bir katkı olabileceğini umuyorum.

Bu konuda ülkemizde sadece bilgi değil, ilaç eksikliği de vardır. Alkol ağız kokusu yaptığı halde bu gün, bir çok gargara ve sprey içerisinde alkol bulunur. Ağız kokusunu engellemesi beklenen bir çok gargara aslında ağız kokusu yapmaktadır. Ayrıca eczanelerde hiç ağız kokusu macunu yoktur. Bir diş fırçasının 3-4 ay dayanması gerektiği halde, marketlerimizde satılan çok tanınmış markalı ve pahalı diş fırçaları 2 defa kullanıldığında eskiyerek temizlik yapamaz hale gelmektedir.

Ağız kokusu hakkında halkımızın da bilgilendirilmesi şarttır. Ağız kokusundan yakınan bireylerin doktora gitmeden önce hiç değilse dilini fırçalaması gerektiğini, nasıl bir diş macununu kullanması gerektiğini, hangi besinlerin ağız kokusunu engellediğini bilmesi gerekir. Ağız kokusu hakkında halkımızı eğitecek, sorularını cevaplayacak, basit ve etkili önlemler almasını sağlayacak böyle bir esere ihtiyaç vardı. Tedavi olmaya gelen ağız kokusu hastalarının sorduğu soruları birleştirip bir kitap haline getirmeye böylece karar verdim. Bu eserin öyküsü ve yazılış sebebi bundan ibarettir.

Murat Aydın Diş hekimisi, Mikrobiyoloji doktoru
Ocak 2011 Adana <http://www.aydinmur.com/>

Ağız kokusundan yakınıyorsanız diş hekimine gidiniz. Burada yazan hiç bir bilgi doktora gitmeyi engellemez, muayene ve tedavi olmanın yerini tutamaz. Bu kitapta anlatılanlar doktora gitmeden önce yapılması gereken bazı basit uygulamalar ve destek bilgilerinden ibarettir. Yazar ve yayınevi, burada yazanların yanlış eksik uygulaması ile doğacak zarardan mesul değildir.

İÇİNDEKİLER

Ağız kokusu bir hastalık mıdır?	Herkesin ağız kokar mı?
Eski insanların da ağızları kokar mıydı?	Ülkemizde ağız kokusunun durumu nedir?
Bireyde ağız kokusu vardır diyebilmek için neler gereklidir:	Ağız kokusu iltihap mıdır?
Madem işin içinde bakteriler var hangi bakteriler ağız kokusu yapar?	Ağız kokusunun sebebi ağızın içinde midir?
Kaç tip ağız kokusu vardır?	Tip 0 (DOĞAL) ağız kokusu nedir?
Tip 1 ağız kokusu (DİL KOKUSU) nasıl meydana gelir?	Ağız kokusu gazları nelerdir?
Tip 2 ağız kokusu nasıl meydana gelir?	Tip 3 ağız kokusu nasıl meydana gelir?
Tip 4 ağız kokusu nasıl meydana gelir?	Tip 5 ağız kokusu nasıl meydana gelir?
Bir insanda kaç tane ağız kokusu tipi aynı anda bulunabilir?	Benim ağız kokum hangi tipe giriyor?
Ağız kokusunun genetik olanı var mıdır?	İnsan neden kendi ağız kokusunu bilemez?
Birisinin duyduğu kokuyu başkası duymayabilir mi?	Her cisim veya madde kokar mı?
Ağız kokusu dışarıdan gelir mi?	Nefes kokusu ağız kokusundan farklı mıdır?
Nefes kokusu nasıl meydana gelir?	Soğan ağız kokusu yapar mı?
Sarımsak ağız kokusu yapar mı?	Sigara ağız kokusu yapar mı?
Hava sıcaklığının ağız kokusuna etkisi var mıdır?	Asitli gıdalar ağız kokusu yapar mı?
Ağız kokusu yapan besinler nelerdir?	Hep aynı besini yemek ağız kokusu yapar mı?
Vitamin hapi ağız kokusu yapar mı?	Aminoasit tabletleri ağız kokusu yapar mı?
Ağız kokusunu engelleyen besinler nelerdir?	Sıcak veya soğuk yiyecek ya da içeceklerin ağız kokusuyla ilişkisi var mıdır?
Karanfil ağız kokusunu engeller mi?	Bağırsak kurdu ağız kokusu yapar mı?
Bağırsak kurdu düşürdüm tekrar oluşur mu?	İshalim veya kabızım var ağız kokusu yapar mı?
Böbrek hastasıyım ağız kokusuna sebep olur mu?	Karaciğer hastasıyım ağız kokusuna sebep olur mu?
Gebelikte ağız kokusu olur mu?	Şeker hastasıyım ağız kokusuna sebep olur mu?
Şeker hastalarında ağız kokusu özel midir?	Yaşlılarda ağız kokusu en sık neden olur?
Bademciklerim şiş ve ağrılı ise ağız kokusu yapar mı?	Oruçta ağız kokusu neden olur?
Bademcik taşı ağız kokusu yapar mı?	
Kanser hastasıyım ağız kokusuna sebep olur mu?	Akciğer kanseri hastasıyım ağız kokusuna sebep olur mu?
Göğüs kanseri hastasıyım ağız kokusuna sebep olur mu?	Uyku apnesi hastasıyım ağız kokusuna sebep olur mu?
Astım hastasıyım ağız kokusuna sebep olur mu?	Kronik obstrüktif akciğer hastasıyım ağız kokusuna sebep olur mu?
Kistik fibrosis hastasıyım ağız kokusuna sebep olur mu?	Zihinsel özürülülerde ağız kokusu olur mu?
Ağızda diş yok. Dişsizlik ağız kokusu yapar mı?	Şişmanlık ağız kokusu yapar mı?
Ağız açık kalıyor. Ağız kokusu yapar mı?	Geceleri horluyorum ağız kokusu yapar mı?
Doğum kontrol hapi, tansiyon hapi, kalp ilacı ağız kokusu yapar mı?	Sinüzitim var ağız kokusuna sebep olur mu?
Benim sinüzitim olduğundan şüpheleniyorum, nasıl anlarım?	Bahar allerjisi ağız kokusu yapar mı?
Geniz akıntısı ağız kokusu yapar mı?	Orta kulak iltihabı ağız kokusu yapar mı?

Geçiriyorum bu ağız kokusu yapar mı?	Midem yanıyor ağız kokusu yapar mı?
Ameliyattan çıktım ağız kokuyor. Normal midir?	Ağız kuruyor, ağız kokusu yapar mı?
Adet günümde ağız kokuyor.	Stres ağız kokusu yapar mı?
Alkol ağız kokusu yapar mı?	Alkol neden kuvvetli ağız kokusu yapar?
Yakınıma gelenler öksürüyor. Benim ağız kokum sebebiyle öksürüyor olabilirler mi?	Parmağımı boğazıma sokup kokladığımda çirkin bir koku duyuyorum. Neden?
Çocuğumun ağız kokuyor ne yapabilirim?	Yatağa yatınca ağız kokum kayboluyor. Bu ne demektir?
Hapşurunca çirkin bir koku duyuyorum. Bu ne demektir?	Ağız kokum artınca tuvalette büyük abdestim (dışkı) da kokuyor. Bu ne demektir?
Başka sebeple bir ilacı kullanmaya başlayınca ağız kokum kendiliğinden kayboluyor?	Ağız kokusu vücudumuzda başka hastalıklar yapar mı?
Ağız kokusu nasıl ölçülür?	Bu cihazlar bütün ağız kokularını ölçer mi?
Bu cihazlar yanlış ölçer mi?	Ağız koku ölçüm değerlerinin sınırı nedir? ne zaman hastalık olur?
Kendi ağız kokumu ölçebilir miyim?	Kendi ağız kokumu nasıl takip ederim?
Ağız kokusu nasıl tedavi edilir?	Kimlerin ağız kokusu tedavi edilmez?
Ağız kokusu bulaşır mı?	Tedavi boyunca hareketli protezimi takayım mı?
Köprülerin altı nasıl olmalıdır?	Ağız kokuyor hangi hekime gideyim?
Hangi uzmanlık alanı olan diş hekimine müracaat edilmelidir.?	Ağızımı su ile çalkalasam ağız kokusuna faydası olur mu?
Ağızımı tuzlu su ile çalkalasam ağız kokusuna faydası olur mu?	Tuzlu suyu nasıl hazırlamalıyız?
Antiseptik gargara ağız kokusunu engeller mi?	Hangi cins gargara kullanabilirim?
Alkollü gargara ağız kokusunu artırır	Alkolsüz gargarayı nasıl ve nerden temin edebiliriz?
İyi bir ağız kokusu gargarası nasıl olmalıdır?	Çinko neden çok gereklidir?
Çinkolu gargara veya ağız ürünlerini nerde bulabiliriz?	Sakızların ağız kokusuna etkisi var mıdır?
Çinkolu sakızı nerden bulabilirim?	Pastillerin ağız kokusuna etkisi var mıdır?
Naneli şekerin ağız kokusuna etkisi nedir?	Bitkisel ilaçlar faydalı mıdır?
Ağız kokusu tedavisi amacı ile yutulan kapsüllerin tedavide yeri var mıdır?	Ağız kokusu olanlar nasıl bir diş fırçası kullanmalıdır?
Ağız kokusu olanlar nasıl bir diş macunu kullanmalıdır?	Dişler nasıl fırçalanmalıdır?
Dişimi fırçalıyorum neden ağız kokum kaybolmuyor?	Dişlerim temizlendi neden ağız kokum durmadı?
Diş iplerinin ve kürdanların ağız kokusuna faydası var mıdır?	Dil fırçalamanın ağız kokusuna faydası var mıdır?
Dil kazınır mı?	Dilimin arkasında siyah veya gri bir tabaka var?
Dil nasıl fırçalanır?	Dilimi fırçalarken acıdı (veya kanadı). Ne yapayım?
Ne zaman dil fırçalanmaz veya kazınmaz?	Lazerle ağız kokusu tedavi edilir mi?
Probiyotik tedavisi nedir?	Probiyotikler ağız kokusunu tedavi eder mi?
Süperoksit su nedir?	Süperoksit su ağız kokusuna iyi gelir mi?
Faydalanabileceğimiz internet kaynakları var mıdır?	Ne zaman doktora gitmeye gerek olmaz veya gidilmez?
Doktora gitmeden birkaç öncesinden yapmam gereken bir şey var mı?	Doktora gideceğim gün yapmam gereken bir şey var mı?
Doktorun işini kolaylaştıracağım başka ne vardır	

