

Чтобы избавиться от неприятного запаха изо рта, или галитоза (halitosis — от лат. halitus — дыхание и греч. osis — болезнь) нужно прежде всего понять причину проблемы. Поэтому первым делом следует обратиться к стоматологу. Врач обследует полость рта и подберет необходимое лечение. Это может быть не только профессиональная чистка зубов или лечение кариеса, но и медикаментозная терапия.

Чем опасна зубная нить? Подробнее

## Почему пахнет изо рта?

К основным причинам галитоза специалисты относят:

## Каким бывает галитоз?

Медки классифицируют галитоз по трем видам:

Жвачка на сдачу: польза и вред жевательной резинки. Инфографика Подробнее

## Как понять, что изо рта дурно пахнет?

Не всегда человек замечает, что у него пахнет изо рта. Обычно о таком ему сообщают со стороны, и тогда, конечно, становится очень неловко.

Существует два простых способа, которые помогут самостоятельно определить свежесть дыхания:

Конечно, существует ряд приемов, которыми можно замаскировать запах изо рта (сосать мятные леденцы, полоскать рот, использовать жевательную резинку), но это временные меры, которые устраняют следствие, а не причину галитоза. Если неприятный запах долго не проходит, то следует обратиться к врачу — возможно, это признак серьезного заболевания.

## К кому обращаться, если стоматолог не нашел никаких проблем?

Если зубной врач ничего дурного не выявил, то следует посетить ЛОРа (оториноларинголога), который осмотрит ваши миндалины. Если и там специалист

ничего не обнаружил, то докопаться до причины запаха изо рта поможет гастроэнтеролог или же участковый терапевт. Нелишней будет консультация с психотерапевтом (после рекомендации лечащего врача).

Источники:

<https://health.mail.ru/>

<https://probolezny.ru/>