

### • Uvod • Liječenje

**Uvod** Halitoza je neugodan dah iz usta.

Obično je uzrok neugodnog daha neka hrana ili tvari koje su progutane ili udahnute, bolest zubi ili desni ili fermentacija djelića hrane u ustima. Loš zadah može biti simptom nekih bolesti koje pogađaju cijelo tijelo, kao što su bolesti jetre, nekontrolirana šećerna bolest, te bolest pluća ili usne šupljine.

Loš zadah obično nije uzrokovan problemima u crijevima. Budući da je ezofagealni sfinkter na otvoru u želudac (donji ezofagealni sfinkter) za vrijeme gutanja zatvoren, hrana ne može izići iz želuca ili još niže iz probavnog sistema. Međutim, tumor u jednjaku ili želucu može uzročiti povrat u usta smrdljive tekućine ili gasa (plina).

Psihogena halitoza je uvjerenje da netko ima loš zadah, a da ga u stvari nema. Taj se problem može pojaviti u ljudi koji imaju sklonost prenaglašavanja normalnih tjelesnih osjeta. Ponekad je psihogena halitoza uzrokovana ozbiljnom duševnom bolešću, kao što je shizofrenija. Osoba sa opsesivnim mislima može imati pretjerani osjećaj vlastite prljavosti. Paranoidna osoba može imati priviđenje da mu organi trule. Obje osobe mogu vjerovati da im je loš zadah iz usta.

**Liječenje** Fizički uzroci se mogu popraviti ili ukloniti, npr. ljudi mogu prestati jesti češnjak ili popraviti svoju higijenu zubi. Postoje mnoga osvježavajuća sredstva za ispiranje usta i sprejevi za usta. Jedan od najboljih aktivnih sastojaka je hlorofil. Drugo sredstvo je uzimanje aktivnog ugljena koji apsorbira mirise.

Nekim se ljudima sa psihogenom halitozom može pomoći da ih doktor uvjeri da nemaju loš zadah. Ako problem i dalje postoji, osobi može koristiti posjet psihoterapeutu.