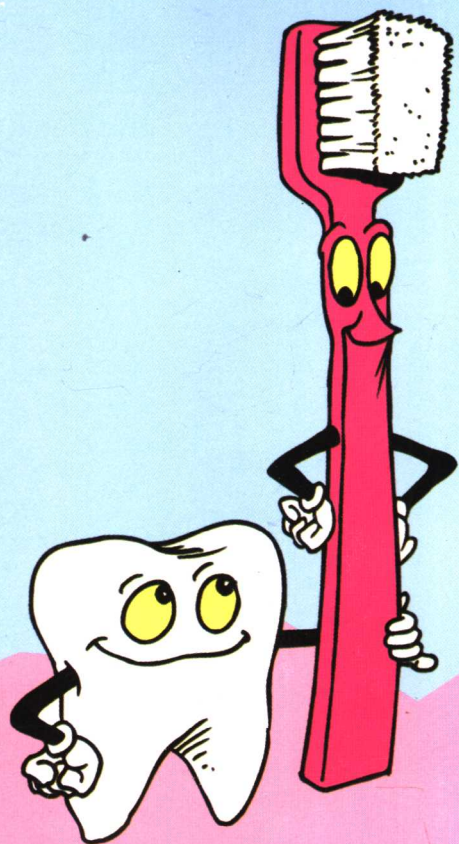


# 口腔保健指南

主编 吴建忠  
审阅 李 刚



河南出版集团 中原农民出版社

# 口腔保健指南

主编 吴建忠

审阅 李 刚

河南出版集团  
中原农民出版社

**图书在版编目(CIP)数据**

口腔保健指南/吴建忠主编. —郑州:中原农民出版社, 2007. 2

ISBN 978-7-80641-866-6

I. 口… II. 吴… III. 口腔保健—指南 IV. R78-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 152961 号

---

**出版社:**中原农民出版社

(地址:郑州市经五路 66 号 电话:0371—65751257

邮政编码:450002)

**发行单位:**河南省新华书店

**承印单位:**郑州新星印刷实业有限公司

**开本:**890mm×1 240mm A5

**印张:**4

**字数:**95 千字

**印数:**1—10 160 册

**版次:**2007 年 2 月第 1 版

**印次:**2007 年 2 月第 1 次印刷

---

**书号:**ISBN 978-7-80641-866-6

**定价:**11.50 元

本书如有印装质量问题,由承印厂负责调换

## 内容提要

牙病虽小,对人体的影响很大。俗话说,“牙痛不算病,痛起来要人命”。因此,口腔保健就显得格外重要。作者根据自己多年的临床经验,采用问答的形式,通俗的语言介绍了口腔保健的重要性、口腔结构与生理、口腔卫生、牙体病科、牙周黏膜病科、儿童牙科、正畸科、口腔颌面外科、修复科、种植技术等。

# 前 言

口腔疾病是人类的常见病、多发病,世界卫生组织把龋病列为全球性三个重点防治的疾病之一,并有组织地进行口腔健康教育和采取公共卫生措施。口腔疾病也是临床中的常见病、多发病,口腔健康与全身健康密切相关。必须积极开展口腔健康教育,增强大众口腔健康意识,采取有效的切实可行的预防措施,才能有利于改善我国人口口腔健康水平,促进全身健康。

为了促进我国口腔健康教育事业的发展,积多年开展口腔卫生保健工作的经验,结合我国口腔卫生保健的具体情况,参考有关资料,我们编著了《口腔保健指南》一书,本书内容包括绪论、口腔结构与生理、口腔卫生、牙体病科、牙周黏膜病科、儿童牙科、正畸科、口腔颌面外科、修复科以及种植技术等。本书以问答的方式叙述,文字力求通俗,既可作为口腔医院和口腔诊所进行口腔健康教育的教材,又可供广大读者朋友们自学参考。

在本书编著过程中,我们邀请第四军医大学口腔医学院口腔预防医学教研室主任李刚教授对本书进行了审阅,特此表示致谢。

郑州正合口腔医院院长、河南口腔医疗管理委员会主任委员

吴建忠主任医师

2006年12月20日



## 目 录

|                            |      |
|----------------------------|------|
| 一、绪论 .....                 | (1)  |
| 1. 口腔医学研究的范围是什么? .....     | (1)  |
| 2. 我国家庭成员需要如何进行口腔治疗? ..... | (2)  |
| 3. 口腔保健为什么如此重要? .....      | (3)  |
| 4. 为什么要重视口腔健康的定期检查? .....  | (4)  |
| 5. 去口腔医院看病之前要做哪些准备? .....  | (5)  |
| 6. 到口腔医院看病应该挂哪科号? .....    | (6)  |
| 二、口腔结构与生理 .....            | (7)  |
| 1. 口腔的组成与生理功能有哪几部分? .....  | (7)  |
| 2. 牙齿组织有哪些结构? .....        | (8)  |
| 3. 牙周组织有哪些结构? .....        | (9)  |
| 4. 牙齿由几部分组成? .....         | (10) |
| 5. 什么是牙菌斑? .....           | (10) |
| 6. 龋病是怎样发生的? .....         | (12) |
| 7. 唾液有什么作用? .....          | (13) |
| 三、口腔卫生 .....               | (14) |
| 1. 什么是正确的刷牙方法? .....       | (14) |



2. 如何选择牙膏? ..... (17)
3. 如何选择保健牙刷? ..... (18)
4. 怎样检查自己的刷牙效果? ..... (19)
5. 如何使用牙线与牙签? ..... (20)
6. 自我口腔保健有哪些方法? ..... (21)
7. 茶对口腔有哪些保健作用? ..... (22)
8. 怎样预防龋病? ..... (23)
9. 女性口腔保健有哪些特殊问题? ..... (24)
10. 老年人口腔保健包括哪些方面? ..... (25)

#### 四、牙体病科..... (27)

1. 什么是龋病? ..... (27)
2. 为何牙会冷热痛? ..... (28)
3. 龋病有哪些危害? ..... (28)
4. 为何牙痛特别剧烈? ..... (29)
5. 什么是牙本质过敏? ..... (30)
6. 能否磨切牙齿不用牙钻? ..... (31)
7. 牙痛时哪些药物可以应急处理? ..... (31)
8. 牙齿敏感症目前有哪些治疗方法? ..... (32)
9. 牙科电子麻醉仪是用来干什么的? ..... (33)
10. 激光脱敏是怎么回事? ..... (34)
11. 补牙为什么要钻牙? ..... (35)
12. 钻牙为什么那么痛? ..... (36)
13. 为什么要“杀神经”? ..... (36)
14. “杀神经”有什么利弊? ..... (37)
15. 补牙为什么不都用白色材料? ..... (37)
16. 为什么补牙时有的要打桩? ..... (38)
17. 为什么不能把“坏牙”一次补了? ..... (39)



|                                |      |
|--------------------------------|------|
| 18. 为什么有时补牙要来好几次? .....        | (40) |
| 19. 应先补哪个牙? .....              | (40) |
| 20. 超声根管预备是什么意思? .....         | (41) |
| 21. 能否不钻磨牙齿就补牙? .....          | (42) |
| 22. 补牙后要注意些什么? .....           | (42) |
| 23. 用光敏与化学固化树脂材料补牙有什么不同? ..... | (43) |
| 24. 补过的牙齿为什么要倍加爱护? .....       | (44) |
| 25. 牙齿为什么会着色和变色? .....         | (45) |
| 26. 着色和变色牙齿有哪些治疗方法? .....      | (46) |
| 27. 着色和变色牙齿能漂白吗? .....         | (46) |
| 28. 激光牙齿漂白术效果如何? .....         | (47) |
| <br>                           |      |
| <b>五、牙周黏膜病科</b> .....          | (49) |
| 1. 什么是牙周病? .....               | (49) |
| 2. 牙龈出血的原因有哪些? .....           | (50) |
| 3. 牙垢与牙石是怎样形成的? .....          | (51) |
| 4. 为什么会塞牙? .....               | (52) |
| 5. 牙周病发生的原因有哪些? .....          | (53) |
| 6. “牙龈出血”能否用激光来治疗? .....       | (54) |
| 7. 为什么要洁牙? .....               | (55) |
| 8. 牙石为什么要去除? .....             | (56) |
| 9. 超声波洁牙会不会损伤牙齿? .....         | (57) |
| 10. 如何防治牙周病? .....             | (58) |
| 11. 唇疱疹是什么? 怎样治疗? .....        | (59) |
| 12. 慢性唇炎是怎么回事? 怎样治疗? .....     | (60) |
| 13. 扁平苔藓是什么? .....             | (60) |
| 14. 干燥综合征是怎么回事? .....          | (61) |
| 15. 什么是口腔白斑病? 怎样引起的? .....     | (62) |



16. 口腔溃疡反复发作是什么原因? 目前有哪些治疗方法?  
..... (63)

**六、儿童牙科..... (65)**

1. 儿童的牙齿“烂了”要不要治疗? ..... (65)
2. 儿童为什么会出现“雪口”? 应如何处理? ..... (66)
3. 什么是地图舌? ..... (67)
4. 什么是“地包天”, 怎么办? ..... (67)
5. 儿童牙齿缺失也应镶牙吗? ..... (68)
6. 儿童乳牙在儿童生长过程中为什么会出现间隙? ..... (68)
7. 什么叫窝沟封闭? ..... (69)
8. 什么时候进行窝沟封闭? ..... (70)
9. 谈谈儿童的拔牙问题? ..... (70)

**七、正畸科..... (72)**

1. 为什么会出现牙颌畸形? ..... (72)
2. 牙齿排列不齐有无危害? ..... (73)
3. 矫正牙齿的最佳时机..... (74)
4. 常见牙颌畸形的矫治方法有哪些? ..... (75)
5. 能否快速矫正牙齿? ..... (76)
6. 正畸治疗有哪些注意事项? ..... (77)
7. 牙颌畸形矫治好以后, 为什么还要戴保持器? ..... (78)
8. “正牙”有时为什么要把好牙拔掉? ..... (79)
9. 什么样的人需要矫正牙畸形? ..... (79)
10. 正畸病人照 X 线片有什么作用? ..... (80)

**八、口腔颌面外科..... (82)**

1. 拔牙是否很疼痛? ..... (82)



|                                                       |      |
|-------------------------------------------------------|------|
| 2. 为什么不能在地摊上拔牙? .....                                 | (83) |
| 3. 孕妇能拔牙吗? .....                                      | (83) |
| 4. 拔牙前应做哪些准备? .....                                   | (84) |
| 5. 拔牙后有哪些注意事项? .....                                  | (84) |
| 6. 什么叫阻生牙? 拔除阻生牙有什么特殊性? .....                         | (85) |
| 7. 什么叫干槽症? .....                                      | (86) |
| 8. 牙齿外伤脱落怎么办? .....                                   | (87) |
| 9. 口腔颌面部外伤有哪些特点? .....                                | (87) |
| 10. 为什么颌面部外伤时出血多? 应如何作临时紧急处理?<br>.....                | (88) |
| 11. 口腔颌面部外伤时为什么要特别注意呼吸道是否通畅? 若<br>出现窒息, 如何紧急抢救? ..... | (89) |
| 12. 为什么颌骨骨折时, 常伴发颅脑损伤? .....                          | (89) |
| 13. 诊断颌骨骨折主要根据哪些症状和体征? .....                          | (90) |
| 14. 为什么颌骨骨折的病人, 牙齿咬不上? .....                          | (91) |
| 15. 口腔颌面部可发生哪些肿瘤? .....                               | (92) |
| 16. 口腔颌面部可发生哪些囊肿? .....                               | (92) |
| 17. 什么叫唇腭裂? .....                                     | (93) |
| 18. 唇裂能手术修补好吗? .....                                  | (93) |
| 19. 什么年龄做唇裂修补最合适? .....                               | (94) |
| 20. 腭裂患者能否做手术治疗? .....                                | (95) |
| 21. 腭裂修补术在什么年龄进行为好? .....                             | (95) |
| 22. 如何预防“口腔癌”? .....                                  | (96) |
| <b>九、修复科</b> .....                                    | (98) |
| 1. 为什么拔了牙后要及时镶牙? .....                                | (98) |
| 2. 牙齿残根有用吗? .....                                     | (99) |
| 3. 松牙固定有哪些方法? .....                                   | (99) |



4. 什么是固定假牙和活动假牙? ..... (100)
5. 什么叫覆盖义齿? ..... (101)
6. 什么是桩冠修复? ..... (102)
7. 能否不拔牙根就镶牙? ..... (102)
8. 老年人镶哪种牙好? ..... (103)
9. 什么是全冠和嵌体? ..... (103)
10. 何谓烤瓷牙? ..... (104)
11. 刚镶过牙应注意什么? ..... (105)
12. 为什么戴假牙吃饭不香? ..... (106)
13. 假牙在日常使用中要注意哪些问题? ..... (107)

#### 十、种植技术 ..... (109)

1. 什么叫口腔颌面种植技术? ..... (109)
2. 何谓种植牙? 有哪些优越性? ..... (109)
3. 哪些材料可以制作牙种植体? ..... (110)
4. 牙种植体按其种植部位的不同分哪几类? ..... (111)
5. 牙种植的适应证是什么? 哪些患者能接受种植体手术?  
..... (112)
6. 患者局部出现什么情况时不能做种植手术? ..... (113)
7. 有哪些全身情况时不能做种植手术? ..... (113)
8. 种植牙手术前需要做哪些准备? ..... (114)
9. 手术前应做哪些全身和口腔检查? ..... (114)
10. 种植牙需要经过哪些修复过程(以两段式种植体为例)?  
..... (115)
11. 种植牙后有哪些注意事项? ..... (116)
12. 种植牙能维持多少年? ..... (117)



## 一、绪 论

### 1. 口腔医学研究的范围是什么？

口腔医学是专门研究颌面部软硬组织器官的发生、生长发育、正常结构与功能之间的相互关系，以及口腔疾病的发生、发展机理及其防治实践的一门重要学科。

口腔医学与医学分享着某些共同的历史，如果说口腔医学属于总的医学范畴，那是因为它的存在与发展必须依赖医学基础，又必然会促进医学发展。例如：内科医生与药物学家已发现唾液是药物剂量及其排出的最好监督者；追踪唾液中的女性激素可了解激素平衡变化。口腔医学还探索了遗传与环境对慢性牙周病有高度敏感性或抵抗力，牙周病表现出许多慢性病、衰弱病的特征等。

另一方面在医学与口腔医学这两个专业实践之间有着明显的差异，医学是以药物治疗为手段，口腔医学是以技术治疗为手段。在卫生领域内，龋病是最依赖技术的疾病之一，这就是为什么口腔医学又必须以理工科现代科学技术为基础的依据。它与医学、药学、公共卫生学一样，在促进人类健康长寿与社会经济发展方面，都有其独特的地位与使命。在今天科学技术高度发展的社会里，口腔医学将继续独立发展，完成人类赋予它的历史使命，达到人人



享受口腔保健的目标。

## 2. 我家庭成员需要如何进行口腔治疗？

为了探索口腔疾病发病规律和口腔治疗保健现状，第四军医大学口腔医学院在 2003 年开展了一次全国家庭口腔健康询问调查。

研究设计出家庭一般情况调查和家庭成员口腔卫生服务需求调查表，根据我国不同地区经济（人均 GDP）发展水平分层，采用分层抽样的方法，抽取我国 6 个不同经济发展水平的县/区为调查样本地区，完成调查 6 个样本县/区共 587 户 1 558 人。其中发达地区 193 户、中等地区 194 户、发展中地区 200 户。通过玛叶指数与拟合度检验方法对调查数据质量与代表性的检验和判断，认为这次调查样本对全国总体样本的代表性较好。结果表明我国第一类不需要口腔治疗的人员占 35.37%，第二类需要按期口腔治疗的人员占 57.70%，而发展地区第一类不需要口腔治疗的人员仅占 25.40%，第二类需要按期口腔治疗的人员却占 69.09%，第三类需要及早口腔治疗人员发展地区占 34.64%，而发达地区和中等地区分别为 22.36% 和 21.86%，所占的比例有明显区别。第三类人员为患有重度龋病，重度牙周疾病，慢性牙髓尖周炎疾病，严重的牙石，这些疾病已属晚期口腔疾病，口腔功能和结构已受到严重的影响。本次调查表明，重度龋病的人员占总人数的 16.11%，而需要拔除 1 个或几个牙齿的人员占 11.10%，重度牙石的人员占 3.92%。调查还表明，需要紧急口腔治疗的家庭成员占总人数的 1.54%，主要疾病为急性口腔感染和急性冠周炎。急性口腔感染和急性冠周炎等急症严重影响口腔功能，必须立即治疗。

结果说明我家庭成员的口腔治疗需要十分普遍，医疗任务



也十分的艰巨,口腔疾病的特点是**小病多、大病少、重病少**,容易被人们忽视。但随着我国医疗保健水平的提高,我国家庭成员的大病和重病已被控制,绝大多数为小病、轻病的口腔疾病必然将成为影响我国家庭成员健康的主要因素。

### 3. 口腔保健为什么如此重要?

口腔疾病是人类最常见、最多发的疾病之一,不仅给人类带来极大的痛苦,而且往往成为影响全身健康的主要因素之一。口腔病也是社会大众最常见、最多发的疾病,尤其是**龋病、牙周病、牙颌畸形、口腔溃疡**的发病率很高。目前,我国口腔卫生保健工作所面临的形势是严峻的,我国口腔健康询问调查结果表明:①口腔疾病的发病人数最多,我国家庭成员患龋病率为 52.05%,龋病均数为 1.76 颗,牙龈炎患病率为 16.05%,牙石检出率为 39.35%,早期牙周病患率为 4.43%,晚期牙周病患率为 1.73%。②口腔疾病治疗的任务重,需要按期口腔治疗的人员占 57.70%,需要及早口腔治疗的人员占 26.64%。口腔疾病的治疗是一个比较烦琐的工作。例如:补牙是细致、精确的工作,需要用电钻磨去腐坏的牙质,制成洞形,再进行充填,镶牙和其他治疗也是如此。

在日常生活中,人们在形容一件过去的事情时,往往会脱口而出地说:“都老掉牙了,不行啦。”好像在人们生活经验中,已达成一个共识,人老掉牙是必然现象。这的确是一个过时的旧观念,必须破除,应该建立“健康的牙齿可以伴你终身”的新观念。随着现代口腔预防医学的发展,人们已有效地控制了龋病、牙周疾病的发生、发展,使千百万人的齿龄与寿龄大致相等,八九十岁的老寿星,仍然可以有一口健康的牙齿。我们要相信科学,转变观念,重视自我口腔卫生保健,从现在做起,从儿童做起,健康的牙齿就能伴你



终身。

近年来,我国口腔卫生保健工作有了很大发展,尽管口腔专业人员不断增加,设备不断更新,但是还远远赶不上需要。为此,除了继续加快专业人员培训、改善设备外,还必须做好口腔疾病的预防工作,只有做好口腔疾病的预防工作,增强国人自我口腔保健能力,才能从根本上大大减少口腔疾病患者。例如,冠周炎是由细菌、牙齿的形态和位置,以及全身的健康等多种因素造成的,建立良好的口腔卫生习惯,消除有害致病菌,拔除阻生齿就能预防冠周炎的发生。所以,做好口腔健康教育工作,增强自我口腔保健能力,无病预防,有病早治,就可以大大减少口腔疾病的发病率,促进全身健康,提高生命质量。同时,增强自我口腔保健能力也是开展口腔卫生保健工作的最根本性措施。

#### 4. 为什么要重视口腔健康的定期检查?

口腔疾病大多是慢性疾病,早期治疗简单,效果好,可是大多数的人早期往往没有任何自觉症状,不知道自己是否已患有口腔疾病,当发生疾病到医院就诊时,多数已发展到晚期,治疗方法复杂,效果不太好。因此要重视定期进行口腔保健检查,以便及时发现和治疗牙齿疾病,防止病情的发展。最好每隔半年或1年进行1次口腔保健检查。

乳牙和年轻的恒牙是儿童时期的主要咀嚼器官,牙齿有病,就会影响吃饭,影响食物的消化和营养的吸收,对儿童的身体健康影响很大。乳牙由于钙化程度低,年轻恒牙尚未发育成熟,很容易发生牙病,尤其是龋病,一旦染上,进展很快,如不及时治疗还会发生严重的并发症。因此应带儿童定期进行口腔保健检查,以便及时发现和治疗牙齿疾病,防止病情的发展,对儿童牙病的防治有更积



极的意义。

口腔疾病尤其是牙病多属慢性病,早期症状不明显,容易被忽视。一旦出现症状,如疼痛或肿胀等,往往病情已经严重,有碍身体健康。因此,定期的口腔健康检查,便于早期发现病变,早期治疗,这对保证儿童口腔的健康,有十分重要的意义。那么,多长时间进行一次口腔健康检查合适呢?这应根据需要和客观条件来决定。一般儿童可每隔半年检查1次。如病牙多,龋病倾向明显,或病变进展较快者,间隔时间应缩短,可3~4个月进行1次。一旦发现问题,及时进行处理,有些牙齿经过治疗后,还应根据医生的要求,按预约时间诊治。

## 5. 去口腔医院看病之前要做哪些准备?

做任何事情都应事先有所准备。去口腔医院看牙病也不例外,一般需做如下几点准备工作:

(1)要吃好早饭:在看病之前,除了特殊化验需要空腹抽血外,一般都应该吃好早饭前往。

(2)要清洁牙齿:看牙病前先自己刷刷牙,不要在吃完饭后,带着满口的食物残渣就去看牙病,当牙医检查牙齿时,先要花费时间去清除堆积在牙齿上的食物残渣,才能看清牙齿的情况。一般来说,口腔比较清洁的人,也方便做好一些检查和治疗。

(3)要穿着适宜:虽然在治疗时,会围上胸巾,但在漱口、冲洗、吐口水时,万一不小心弄脏了名贵服装,心里总是不愉快的。

(4)要准备好病历:看病时,医师总是要询问你的病史和病情,结合各种检查,以便作出正确的诊断,给予合适的治疗。现以牙痛为例,一般应该说清这样几个问题:是上牙痛还是下牙痛,是自发性痛还是刺激性痛,是持续性痛还是阵发性痛,是轻微的隐痛还是



剧烈的疼痛。在叙述病史时要按照医师的提问,不夸大,不隐瞒,简明准确地回答问题。

## 6. 到口腔医院看病应该挂哪科号?

在规模较大的口腔医院大致的分科情况如下:①牙体牙髓病科主要是看牙齿上的疾病,如龋病、牙髓病、牙根尖周病、牙齿缺损等。其特点主要是牙痛等。②牙周病科主要是看牙周和黏膜组织的疾病,如牙龈炎、牙周炎、口腔黏膜病等。其特点主要是牙龈出血、牙齿松动、溃疡等。③儿童牙科专给少年儿童诊治口腔疾病,取得儿童的合作是影响诊治工作质量的关键。④口腔颌面外科主要是看颌面部的炎症、外伤、畸形等各种疾病,有的病人需住院治疗。⑤口腔修复科主要是看牙列缺失、修复缺牙,包括全口假牙和部分假牙,在部分假牙中,又可分为活动假牙和固定假牙。⑥口腔正畸科主要是牙颌畸形对全身及局部组织造成功能失常,影响健康而进行矫治的。其特点是疗程较长。⑦口腔预防保健科主要是针对口腔健康的人,进行定期的口腔健康检查和口腔健康教育,采取各种措施预防口腔疾病的发生。⑧口腔辅助科室主要有口腔放射科(照各种 X 线)、口腔检验科、口腔组织病理科和口腔技工室等。病人一般都是在看完上述科室后,根据医生的建议,才去有关的口腔辅助科室。如果自己不能确定该选哪一个专科时,就请在挂号时,向挂号员咨询,以便确定挂哪个专科号。