

牙事解说

解 军 ◎ 编著



 金盾出版社

牙事解说

解 军 编著

金 盾 出 版 社

内 容 提 要

本书共分十章,简述了牙齿的结构,并按年龄顺序从小到大,介绍了各年龄段人群的牙齿保健方法和注意事项,并着重、全面地介绍了各种牙齿类口腔疾病的原因、就医选择、治疗方法及日常维护,为口腔疾病患者及部分口腔科医师提供了知识指导。

图书在版编目(CIP)数据

牙事解说/解军编著. —北京:金盾出版社,2013. 8

ISBN 978-7-5082-8343-2

I. ①牙… II. ①解… III. ①牙—保健—基本知识 IV. ①
R78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 083633 号

金盾出版社出版、总发行

北京太平路 5 号(地铁万寿路站往南)

邮政编码:100036 电话:68214039 83219215

传真:68276683 网址:www.jdcbs.cn

封面印刷:北京凌奇印刷有限责任公司

正文印刷:北京军迪印刷有限责任公司

装订:兴浩装订厂

各地新华书店经销

开本:850×1168 1/32 印张:4.5 字数:150 千字

2013 年 8 月第 1 版第 1 次印刷

印数:1~7 000 册 定价:12.00 元

(凡购买金盾出版社的图书,如有缺页、
倒页、脱页者,本社发行部负责调换)



前言

牙齿健康或不健康的人们，到底应该怎样维护自己的牙齿？如何判断牙齿的健康状况？牙齿出了问题应该怎么办？如何选择适合自己的口腔医疗机构和牙医？

现在养生题材的节目、书籍、讲座都很多，说明大家都非常重视健康。人类在漫长的进化过程中，不懈努力奋斗的目标之一就是与死亡和疾病作斗争，试图战胜死亡和疾病，并取得了巨大的成就。人类的平均寿命得到了显著的延长。然而，如果从另外一个角度来看，死亡其实永远是这场斗争的胜利者。我们无法战胜死亡，但是我们却应该而且能做到，在有限的生命过程中，最大限度地提高生活的质量，提高生命的质量。健康就是这种质量的前提，而牙齿的健康、咀嚼功能的健全又是健康身体的基础。

在人的一生中，从乳牙萌出到换完恒牙，直到牙齿脱落，继而镶牙，牙齿经历了从无到有，又慢慢从有到无，然后再次从无到“有”的过程。这一过程漫长而复杂，其中有什么规律？我们需要掌握哪些知识，遵循哪些做法，才能让我们的牙齿更加健康，让“从有到无”的过程持续的时间更长，





甚至让牙齿伴随一生？

笔者坚信只要认识正确、方法得当，牙齿是能够伴随我们终身的。那些不幸已经进入牙齿“从有到无”阶段的人，经过合理的治疗和修复，则可再次让牙齿从无到“有”。本书就是要告诉大家如何保护牙齿，让牙齿伴随我们终身，如何让牙齿失而复得的过程来得更加满意，为健康、为高质量的生活再次奠定坚实的基础。

笔者希望大家一生拥有健康的牙齿，当牙齿出了问题时能够得到及时、有效的解决。

作者







目录

一、关于牙齿的基础知识

(一) 牙齿的数目和名称·····	1
(二) 牙齿的形态结构和功能·····	2

二、牙的一生

(一) 婴幼儿期·····	6
(二) 中小學生时期·····	18
(三) 成年时期·····	20
(四) 老年时期·····	24

三、口腔疾病症状及治疗方法

(一) 牙齿萌出异常·····	32
(二) 乳牙滞留·····	33
(三) 乳牙迟萌·····	33
(四) 恒牙萌出困难·····	34
(五) 牙齿异位萌出·····	34
(六) 多生牙·····	34
(七) 先天性缺牙·····	35





(八) 畸形牙	36
(九) 釉质发育不全	38
(十) 氟斑牙(氟牙症)	39
(十一) 四环素牙	40
(十二) 虎牙	41
(十三) 智齿、智齿阻生、智齿冠周炎	41
(十四) 龋齿	42
(十五) 牙髓炎	44
(十六) 根尖周炎	45
(十七) 牙龈炎	46
(十八) 牙周病	47
(十九) 雪口病	49
(二十) 疱疹性口炎	50
(二十一) 口角炎	51
(二十二) 复发性口腔溃疡	52
(二十三) 口腔黏膜白斑	52
(二十四) 舌炎	53
(二十五) 三叉神经痛	54
(二十六) 颞下颌关节功能紊乱综合征	54
(二十七) 口臭	55





(二十八) 错殆畸形 57

(二十九) 不良修复 57

四、日常维护是爱牙的关键

(一) 刷牙 61

(二) 牙线的使用 65

(三) 洗牙 67

五、及早就医是治牙的根本

(一) 补牙 72

(二) 根管治疗 74

(三) 牙周治疗 80

(四) 镶牙(牙齿缺失后的修复) 89

(五) 牙齿的美学修复 95

(六) 无痛治疗 99

六、口腔疾病与全身疾病的关系

(一) 牙周病可能引发的全身性疾病 101

(二) 全身性疾病在口腔的表现 103





七、为什么看牙的价格有很大差异

八、怎样选择医院、医生、治疗和修复方式

- (一) 怎样选择医院..... 118
- (二) 怎样选择医生..... 120
- (三) 怎样选择治疗和修复方式..... 123

九、怎样和医生沟通，为什么要这样做

十、讲给医生的几句话





一、关于牙齿的基础知识

对于读者朋友们来说，这部分内容略显专业，但了解了这些知识，不仅有助于我们了解自己的牙齿到底哪里出了问题，也更便于在看牙时与医生进行沟通。

（一）牙齿的数目和名称

1. 乳牙

乳牙即我们出生后长出的第一副牙。虽然乳牙要在一定年龄脱落，但乳牙的保护也很重要，因为乳牙保护不好，不仅这个时期的全身健康会受影响，还会在很大程度上影响将来恒牙的质量。

正常情况下乳牙共 20 颗，从正中向后依次为：乳中切牙，乳侧切牙，乳尖牙，第一乳磨牙和第二乳磨牙。

2. 恒牙

恒牙是乳牙脱落后长出的第二副牙，这副牙将终生伴随我们，完成咀嚼功能。恒牙受到破坏或者脱落，人体就再也不能长出新的牙齿来替补了，所以对恒牙更要细心呵护。人的恒牙通常有 32 颗。有些人可能没有或者没有长全第三磨牙，也就是通常所说的智齿，因此这一部分人可能只有 28、29、30 或 31 颗恒牙（图 1）。



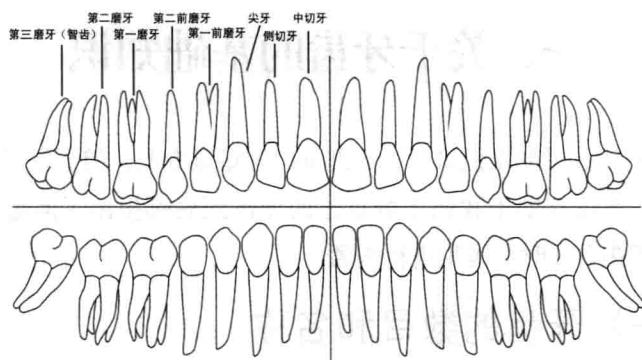


图1 恒牙

(二) 牙齿的形态结构和功能

一颗牙由牙体和牙周组成。牙体指牙齿坚硬的本体部分，牙周则是包裹牙体的组织（图2）。

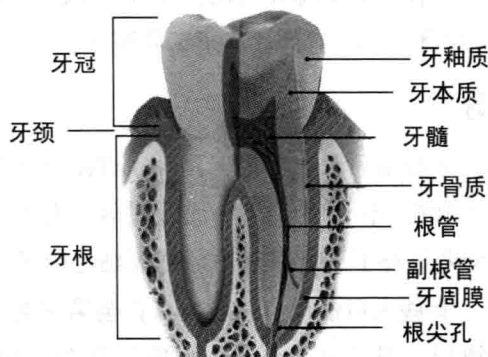


图2 牙齿的结构





1. 牙体

(1) 牙尖、牙冠、牙颈和牙根：牙体根据其部位，可分为牙尖、牙冠、牙颈和牙根。

①牙尖。牙冠最上面的尖凸部分。

②牙冠。在牙龈之上的暴露部分。根据牙冠的不同形状和功能，牙齿可分为切牙、尖牙、双尖牙和磨牙。切牙呈铲形，牙冠末端较薄，用来切割食物。我们平时所说的门牙，就是切牙。尖牙呈锥形，牙冠末端比切牙稍厚，用来撕扯食物。再往后就是双尖牙，牙冠成不规则立方体，牙冠端头有两个牙尖和一个牙窝，用来磨碎食物。双尖牙后面是磨牙，也就是我们平日所说的大牙，殆面有3~5个牙尖和两三个牙窝，用来磨碎食物。

③牙颈。埋在牙龈内，连接牙冠和牙根的部分。

④牙根。埋在牙槽骨中的部分。牙齿根据牙根分叉的数量，可分为单根牙、双根牙和多根牙，牙根分叉越多，支持力越大(图3)。

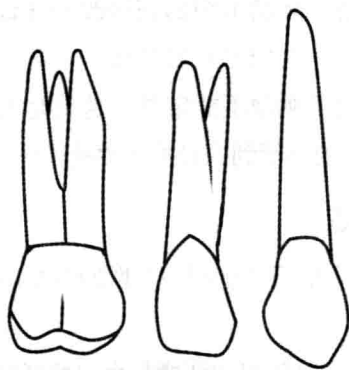


图3 多根牙、双根牙和单根牙





(2) 牙釉质、牙本质、牙骨质和牙髓：牙体根据质地，可分为牙釉质、牙本质、牙骨质和牙髓。

①牙釉质。牙冠最外一层，是乳白色半透明的钙化组织，也是人体中最坚硬的组织。牙釉质不仅保证牙齿在咀嚼时有足够的强度，而且是暴露在牙龈之外的牙冠的保护层。牙釉质层的损伤或者手术操作不当会产生痛感。

②牙本质。是牙体的主体，贯穿于牙冠和牙根。牙冠部分的牙本质外有牙釉质保护，牙根部分的牙本质外则有牙骨质保护。

③牙骨质。覆盖在牙根部分的牙本质外的钙化组织，呈浅黄色，能够不断新生。其硬度和保护作用都远不及牙釉质，因此当牙周组织萎缩、牙根暴露时，牙齿敏感。

④牙髓。是牙本质中央腔体内的疏松结缔组织，内含血管、淋巴、神经、造牙本质细胞和成纤维细胞。牙髓极为敏感，一旦受到刺激，通常会产生剧烈疼痛。牙髓组织对于压力变化产生的刺激极为敏感。牙髓组织的病理改变导致牙髓腔内压力变大，从而产生疼痛。人们平日的牙痛，常常是牙髓受到刺激而引起的。但牙髓对于刺激不能定位，这就是为什么我们有时会觉得牙齿剧痛，却说不清到底是哪里疼痛（图2）。

2. 牙周组织

牙周组织指牙齿周围为牙齿提供支持的组织，分为牙周膜、牙槽骨和牙龈。

(1) 牙周膜：是牙根和牙槽骨之间的纤维结缔组织，其作





用是将牙根悬吊固定在牙槽窝内，并在牙齿咀嚼时调整牙齿承受的压力。牙周膜内有神经丛和本体感受器，当牙齿受压或移位时，这些神经丛极为敏感，会产生痛感，并有定位、定向能力。这就是为什么医生在诊疗时，有时会用手指用力逐个压按或用器械轻叩可能有问题的牙齿，以求精确定位病牙。牙齿对食物质地的感觉是通过本体感受器来判断的。

（2）牙槽骨：是颌骨包埋牙根的部分，其主要功能是支撑和稳固牙齿。牙槽骨能够不断进行新陈代谢，并随牙齿位置的变化而变化。我们长牙、牙齿发生位移或者牙齿脱落时，牙槽骨都会相应发生变化。我们对牙列不齐进行矫治的正畸治疗，就是根据牙槽骨的这一特性。

（3）牙龈：是覆盖在牙颈部和牙槽骨的黏膜组织。正常的牙龈呈粉红色，有光泽，质地坚韧，能够承受咀嚼产生的压力和食物的摩擦（图2）。





二、牙的一生

现在来说说人们的乳牙和恒牙从无到有、从有到无、再从无到有的几个过程。帮助人们了解各个时期牙齿的特点。

要说牙齿的从无到有，应该从胚胎时期说起。胎儿在母体内3个月就形成乳牙胚并开始钙化，恒牙胚也是胎儿在母体内产生的。所以，想要孩子的牙齿坚固，必须在母亲怀孕期间就要尽可能做好一切准备工作，如供应充足的钙、磷和维生素；避免感染，慎重使用药物和防护射线等；还要保持精神愉快，不愉快的事情当然也包括孕妇牙痛和紧张的看牙经历。这期间孕妇的口腔预防保健工作对孕妇本身及胎儿的牙齿发育尤其重要。

（一）婴幼儿期

婴幼儿期是指从出生到3岁这段时期。这一时期的口腔健康非常重要，甚至会影响人的一生。

1. 乳牙萌出

乳牙通常在婴儿6个月左右的时候萌出，有些婴儿可提前到4个月左右，也有些婴儿可能晚到13个月左右，这些都是正常现象。

乳牙萌出的顺序，通常是乳中切牙最早，也就是我们常说的大门牙。下面的乳中切牙一般又会早于上面的萌出。接下来





是乳侧切牙，即紧挨着大门牙两侧的小门牙；然后依次为：第一乳磨牙，也就是尖牙后面形状近似方形的牙；乳尖牙，即我们常说的犬牙或狗牙；最后是第二乳磨牙即第一乳磨牙后面的那颗牙。乳牙的萌出顺序也不是绝对的，有时也会出现变异。这种变异多见于下颌第一乳磨牙和下颌尖牙（图4）。

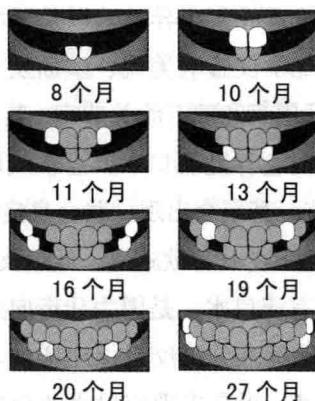


图4 乳牙的萌出顺序

为清楚起见，用下表来说明乳牙萌出和脱落的大致时间顺序。

乳牙萌出和脱落时间表

名 称	乳牙萌出时间	乳牙脱落时间
乳中切牙	6 ~ 8 个月	7 岁
乳侧切牙	6 ~ 10 个月	8 岁
第一乳磨牙	12 ~ 16 个月	10 岁
乳尖牙	16 ~ 20 个月	12 岁
第二乳磨牙	20 ~ 30 个月	11 ~ 12 岁

