

口腔卫生保健手册

张博学 林琳 魏怡 主编

中国科学技术出版社



口腔卫生保健手册

张博学 林琳 魏怡 主编

中国科学技术出版社

• 北京 •

(京)新登字 175 号

图书在版编目(CIP)数据

口腔卫生保健手册/张博学等主编—北京:中国科学技术出版社,1994

ISBN 7—5046—1782—2

I. 口…

II. 张…

III. 口腔保健—手册

IV. R780.1—62

中国科学技术出版社出版

北京海淀区白石桥路 32 号 邮政编码:100081

新华书店北京发行所发行 各地新华书店经售

北京孙中印刷厂印刷

开本:787×1092 毫米 1/32 印张:6.5 插页:2 字数:131 千字

1994 年 6 月第 1 版 1994 年 6 月第 1 次印刷

印数:1—8000 册 定价:5.00 元

序

牙病是一种常见病、多发病。世界卫生组织把龋齿列为世界范围内应重点防治的慢性非传染性疾病之一。在现代生活中,牙病已成为影响全身健康和生命质量的一个普遍问题。因此,口腔卫生保健越来越受到全社会的广泛关注。

1994 年是世界口腔卫生年,我国卫生部已表示积极参加'94 口腔卫生年活动。为这一活动而编写的《口腔卫生保健手册》集信息观念、知识、行为为一体,以详尽的国内外资料和深入浅出的口腔保健指导,为广大群众提供了一本有价值的科普读物;此外,还为适应各地牙病防治工作的需要收集了许多具有指导性的资料。因此,这本手册也是各地开展口腔卫生健康教育的一本有用的参考资料。

最近几年我国牙病防治工作发展很快,形势很好,我相信《口腔卫生保健手册》对促进我国牙病防治工作的发展及提高广大群众口腔健康水平将发挥积极的作用。

中华医学会口腔科学会主任委员

张震康教授

1994 年 6 月 9 日于北京

前 言

口腔健康对于全身健康的重要性以及在现代生活中的作用,集中的体现在牙病的普遍性上,可以说,牙齿健康与每个人都密切相关。

1994年4月7日,世界卫生日主题就是口腔卫生。口号是:健康的生活需要口腔卫生。与此同时国际牙科联盟等4个国际牙科组织倡议,把1994年定为口腔卫生年,号召其会员国积极参加为期一年的促进口腔卫生运动。因此,1994年对于口腔卫生来讲是非同寻常的,整个世界都在关注口腔卫生。为此我们编著了这本《口腔卫生保健手册》,作为积极参加口腔卫生年活动所作的一份奉献。该手册在宣传口腔保健科普知识的基础上,用较多的篇幅提供了国内外大量口腔保健信息,系统的介绍了我国口腔卫生保健工作的发展和成绩,并紧紧地围绕着实现我国2000年人人享有口腔卫生保健的规划目标所应采取的策略、措施和方法。我们的目的是,一方面为广大群众提供口腔自我保健的指导和具体帮助;另一方面也为口腔专业人员和从事口腔卫生保健工作的同志们,提供一份供进行口腔健康教育与促进和组织口腔保健活动的参考资料。如果这本手册对广大群众维护口腔健康和各地开展牙病防治工作有所裨益,那将是我们的最大心愿。由于时间紧迫,编写比较苍促,还有许多内容有待进一步扩展,疏忽、错误之处在所难免,企望读者批评指正。

编者

1994年6月8日

目 录

序

前言

第一篇 健康的生活需要口腔卫生

1994 年世界卫生日 WHO 总干事中岛宏致辞	(2)
走向更加美好的口腔健康之未来	(4)
口腔疾病:预防胜于治疗	(8)
数字和事实	(10)
世界卫生组织推荐的口腔预防保健措施	(16)
国际牙科联盟(FDI)提出为实现 2000 年口腔卫生保健目标应开展的口腔卫生项目	(17)
世界各国(地区)口腔卫生保健简介	(19)
卫生部陈敏章部长谈口腔卫生保健	(32)
1994 年世界卫生日主题: 健康的生活需要口腔卫生	(35)

第二篇 我国口腔保健防治策略

初级口腔卫生保健的基本概念	(39)
我国口腔卫生保健的规划与实施	(41)
口腔卫生保健的过去、现在和将来	(45)
口腔健康是人类文明的标志	(53)
我国开展爱牙日宣传教育活动	(56)
口腔专家爱牙谈	(57)

爱牙的方方面面	(61)
大力发展预防口腔医学事业	(65)
关于在我国用氟防龋的建议	(67)
口腔健康是人类健康的一部分	(69)
帮助你获得终生健康的牙齿	(72)
出国归来话爱牙	(74)
中国牙病防治基金会简介	(76)

第三篇 口腔病预防知识

牙齿及牙周组织的解剖生理特点	(78)
妊娠期与牙齿	(81)
造楼的地基——乳牙	(84)
儿童的牙齿特点	(88)
龋病的临床表现和并发症	(94)
常见的儿童口腔粘膜	(96)
健齿强身与母爱	(98)
牙齿发育异常	(101)
牙周疾病	(103)
牙周疾病的症状和防治	(106)
牙周疾病的自我察觉	(109)
怎样预防牙周疾病	(111)
牙石与口腔卫生	(113)
中老年人需要特殊口腔保健	(115)
口腔癌	(118)
早期诊断	(123)
谈谈拔牙问题	(125)
牙齿拔除后什么时候镶假牙	(128)

种植义齿·····	(130)
活动义齿与固定义齿的适应征·····	(132)
植毛牙刷是中国发明的·····	(134)
我国古代的口腔卫生保健·····	(135)
牙刷及其他口腔保健用品·····	(136)
口腔保健用品的选择·····	(139)
牙齿健美·····	(142)
与生活方式有关的因素·····	(144)
做好口腔预防工作·····	(146)
刷牙与口腔健康·····	(147)
口臭·····	(150)
龋病的发病因素与预防·····	(154)
氟化物是预防龋齿的有效营养物质·····	(157)
颌面部外伤·····	(159)
再植术与移植术·····	(162)
错颌畸形及其防治·····	(165)
智齿·····	(171)
让我们大家都来说:请看,我没有龋齿	
——写在世界卫生日·····	(174)
无可奈何中的希冀	
——口腔预防医学带来的曙光·····	(179)
花钱买口腔健康	
——来自景山学校的报道·····	(181)
转变传统观念 维护牙齿健康·····	(182)
充分认识口腔卫生的意义·····	(184)
爱牙健齿强身·····	(186)

口腔健康,立即行动就有收获	(188)
---------------------	-------

附录

(中美合资)广州高露洁有限公司预祝全国口腔卫生 知识竞赛取得圆满成功	(190)
---	-------

第 一 篇

健 康 的 生 活
需 要 口 腔 卫 生

1994 年世界卫生日 WHO 总干事中岛宏致辞

口腔健康作为预防项目的结果已在大多数发达国家取得明显进展,这些项目强调恰当应用氟化物、口腔卫生以及采纳健康的饮食习惯。

然而,在许多发展中国家,情况正开始恶化,那儿口腔疾病在增加,治疗费用在上升。口腔疾病并不是不可避免的必然结果,我们有手段来防止这种灾难的发生:我们必须保证在每一个地方为所有的人民实施这些手段。

需要紧急行动起来。在已经取得进展的国家,需要调整卫生政策,必须培训人员处理新的问题并提供适当的服务。特别是应该加强老年保健,预防与增龄有关的口腔健康问题。同时,在儿童与青少年中必须继续开展预防工作。

情况恶化的国家,必须通过开展有效的预防活动来扭转这一趋势。我们必须保证在已经有健康牙齿的人群中采取不导致龋齿增加的新的生活方式与新的饮食习惯。我们必须寻找有效的廉价的,以及文化上可以接受的传统的口腔卫生方法。

健康、福利与个人心愿都是由一个健康的、保健完好的口腔来促进的,健康口腔可以促进交流与人类关系的发展。

在把 1994 年世界卫生日奉献给口腔卫生方面,世界卫生组织正在努力动员其成员国,卫生专业人员以及普通群众,对这一重要的公共卫生活动,给予更大的关注。教育与每个人参

与是促进口腔健康的关键,没有这个,就不可能有人人享有卫生保健。

让我们联合起来作出我们的努力,在口腔健康领域内取得的成功,将能够使每个人从中获益。

(卞金有译)

走向更加美好的口腔健康之未来

本世纪工业化国家在口腔健康方面发生的巨大变化已成为卫生领域许多重大成就中的一个：

从过去，每个儿童都有过牙疼的经历，大多数 30 岁成年人几乎每颗牙都受过龋齿的影响，很多人甚至完全没有牙齿。

到如今，所有的儿童都没有口腔疾病，有些 30 岁以上的成年人无龋齿和充填物，人们现在期望能终生保持其牙齿。

甚至与疼痛和经常性修复相关的牙医学正变成为把口腔健康看作为保持健康、美观和生活质量的一种预防性服务。

尽管在口腔卫生方面已发生了戏剧性的变化，但仍有必要进行修复和矫治——根据美国最近的一份报告表明：40 岁年龄组的人，平均每个人有 30 个牙面受到龋齿的影响，65 岁以上的人中的 40% 牙齿已全部丧失。此外，社会下层人群——残疾人、穷人、少数民族——比其他人群遭受更多的口腔疾病的痛苦……

一、这一切是怎么发生的

工业化国家发生了什么？

在那些实施氟化水源措施的国家，社区饮水氟化是龋病急剧下降的第一个主要因素，其他一些措施，如食盐氟化，牛奶氟化也取得了同样的效果。现在差不多所有的人在一生中

都使用含氟牙膏，其效果也同样很好。事实上，口腔卫生被看作是整个人体清洁卫生的一部分，人们希望有一个清洁健康的口腔和良好气味的呼吸。

用含氟牙膏刷牙和定期进行口腔保健是生活方式变化的一部分，工业界通过在电视、广播、电影和杂志上做广告，大力进行宣传，以这种方式，工业界已成为促进牙科医生传播口腔预防保健信息的一种强大力量。当预防事业逐步繁荣发展的时候，卫生保健技术也在意想不到的地发生改变。

让我们把过去和现在做一下比较：

以前，你只能坐在靠背椅上，医生站在你旁边，弯着腰——你忍痛接受拔牙——震动、噪音、缓慢地钻动。

而现在，病人躺在舒服的治疗椅上，医生坐在你头部的后边，一个态度和蔼的工作高效的助手——高速涡轮机——超声洁治器——现代药物治疗和疼痛控制——高超的辅助技术诊断，几乎看不见的充填物——实用的义齿修复——如同新生牙一样的人工种植牙。现在，用计算机进行冠桥设计、激光外科技术也正在被应用。

我们必须向那些工程师、研究人员、生产者、药剂师、口腔医生以及他们的老师致以崇高的敬意。对他们的创造力、提供良好的口腔保健技能和知识方面所做出的贡献表示感谢。

二、这些成就与发展中国家的经验相比又如何呢？

在这些国家我们发现更为不同的情况。幸运的是在很多国家口腔卫生还很好——许多人没有得龋齿，一生中可能只有5到6颗牙曾患过病；甚至到老年后他们仍保留着牙齿。但

是在另外一些国家口腔疾病正在不断增加,这与饮食习惯的迅速改变有很大关系,尤其是移居到大城市的人。在这些地方,除了龋齿和牙龈疾病这些常见疾病外,还有许多其它的口腔疾病威胁人们的生命和幸福。

口腔癌是印度次大陆最常见的癌症之一,它也是死亡率极高的一种癌症。

走马疳(坏疽性口炎)是一种破坏性坏疽,在非洲大陆和饥荒地区,成千上万营养不良的患病儿童、婴儿因这种疾病而毁坏了脸部和下颌。这些儿童中大多数都得不到治疗而处于绝望之中。

艾滋病的流行已使许多病人患口腔霉菌感染、坏死性口腔溃疡和不能治愈的口腔癌,大多数人得不到治疗。

只有那些住在大城市的人才能得到合理的口腔治疗,很多农村和城市贫困的社区几乎连最基本的急诊保健和疼痛缓解也享受不到,对于很多人来说牙医学仍然意味着“疼痛和付钱”。

三、WHO 的任务

WHO 的任务主要集中在以下 6 个方面:

1. 确保重大预防活动项目的实施——保持我们已取得的成就,以免遭受又一次龋病的大流行。
2. 基础新技术的示范,健康促进,对公众经济可行的治疗方法和口腔卫生专业人员和管理人员的培训。
3. 提供学习材料——海报、录像、计算机辅助学习软件、手册及指南。

4. 提供设计良好的新的保健技术、基本材料、器械和药物。

5. 建立一个支持网络以帮助社区卫生保健工作和患有损伤性疾病(如走马疳)儿童的康复工作;同时,依据改善营养状况和儿童基础保健,倡导一项活动,从而预防此类疾病。

6. 对口腔卫生保健专业人员的教育进行重大改革。

四、本世纪末口腔卫生应向何处发展

政府和社区都应当认识到发展和保持口腔疾病预防项目的必要性,社区应对这些活动尽到自己的职责。所有社区都应该致力于管理基本健康促进,口腔保健,以使成人的牙齿保持终生。

对每一个地方患口腔癌的病人应提供早期卫生保健,同时对患有其它口腔疾病病人也应该提供这类保健。

改变对口腔卫生保健人员的培训,应当确保牙科医生都能尽到口腔医生的责任,在生活方式和卫生方面提供指导,做为保持身体健康的一部分。他们应当能对各种口腔问题提供具体的卫生保健。人人终生享有口腔卫生保健正在逐步成为现实。

(刘雪楠译)

口腔疾病:预防胜于治疗

口腔疾病如龋齿和牙周疾病(牙龈和牙周支持组织感染),是世界上最广泛流行的疾病。它们以不同的程度影响着所有的人群。

联合国数据库目录中的全球口腔数据库系统贮存着所有收集的资料,因而就可能追踪世界范围内的发病趋。从1969年起,世界卫生组织每年都汇编一份12岁儿童龋齿的世界形势图。1969年在世界龋的图上,可以看出鲜明的对比:工业化国家龋均水平很高、高或至少中等(2.7~4.4),而发展中国家一般水平很低、低或偶见中等。

在发展中国家,除了那些已经建立了预防项目的国家外,患龋率呈普遍上升趋势。(见图1.2)

从1980年起,世界卫生组织口腔卫生处每年都计算出12岁年龄组全球龋均(DMFT)加权人口。绘图展现发达国家、发展中国家及全人类龋病发病率趋势。(见图3)

从1980年10年内乐观地估计,DMFT均数有可能超过3,尽管在人口众多的国家中仍是一种缓慢的上升趋势。

如何解释在某些国家中,龋病发病率明显下降?如何防止它们再回升?如何阻止其他国家越来越坏的情况?

对这三个问题回答只有一个,并且相同:预防、预防、再预防。

在工业化国家,促进口腔卫生、广泛应用含氟牙膏,有些