

大众健康小百科丛书



健康第一关

# 口腔保健

Kouqiang

第四军医大学口腔医学院博士 李刚 编著

虫牙里真有“虫”吗

注意保护儿童“六龄牙”

不宜拔牙的情况有哪些

面部的“危险三角区”

人民卫生出版社



Jiankang  
Diyiguan

健康第一  
——  
口腔保健

编 著 李 刚

Kouqiang  
Baojian

第四军医大学出版社 · 西安

## 图书在版编目(CIP)数据

健康第一关——口腔保健/李刚编著. —西安: 第四军医大学出版社, 2008. 1

大众健康小百科丛书

ISBN 978-7-81086-426-8

I. 健… II. 李… III. 口腔保健-普及读物 IV. R78-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 186628 号

## 健康第一关——口腔保健

编 著 李 刚

责任编辑 杨耀锦

出版发行 第四军医大学出版社

地 址 西安市长乐西路 17 号 (邮编: 710032)

电 话 029-84776765

传 真 029-84776764

网 址 <http://press.fmmu.sn.cn>

印 刷 第四军医大学印刷厂

版 次 2008 年 1 月第 1 版 2008 年 1 月第 1 次印刷

开 本 850 × 1168 1/32

印 张 5

字 数 150 千字

书 号 ISBN 978-7-81086-426-8/R·344

定 价 15.00 元

(版权所有 盗版必究)

## 第一篇 绪论

|                     |       |
|---------------------|-------|
| 口腔疾病是人类最多发的疾病·····  | ( 2 ) |
| 我国口腔医学发展·····       | ( 3 ) |
| 必须做好口腔疾病预防工作·····   | ( 3 ) |
| 要重视口腔健康的定期检查工作····· | ( 4 ) |
| 人类战胜口腔疾病的历史·····    | ( 5 ) |

## 第二篇 口腔基础知识

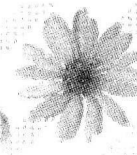
|                   |        |
|-------------------|--------|
| 结构和功能·····        | ( 8 )  |
| 牙齿组织结构·····       | ( 8 )  |
| 牙周组织结构·····       | ( 9 )  |
| 口腔的功能·····        | ( 10 ) |
| 牙齿的功能·····        | ( 11 ) |
| 牙齿的组成部分·····      | ( 12 ) |
| 唾液的清洗作用·····      | ( 12 ) |
| 唾液的免疫和内分泌功能·····  | ( 13 ) |
| “味蕾”和味觉·····      | ( 13 ) |
| 牙齿可以是一个人的身份证····· | ( 14 ) |
| 生长和发育·····        | ( 15 ) |
| 乳牙的生长发育·····      | ( 15 ) |
| 恒牙的生长发育·····      | ( 16 ) |
| 牙齿钙化与牙齿发育·····    | ( 17 ) |
| 钙化不良的牙齿·····      | ( 17 ) |

# Contents

|                      |        |
|----------------------|--------|
| 老年人长新牙的报道不真实 .....   | ( 18 ) |
| <b>牙齿萌出和换牙</b> ..... | ( 19 ) |
| 乳牙萌出时间 .....         | ( 19 ) |
| 恒牙萌出时间 .....         | ( 20 ) |
| 恒牙和乳牙的区别 .....       | ( 20 ) |
| 乳牙滞留的原因 .....        | ( 21 ) |
| 滞留的乳牙要不要拔除 .....     | ( 22 ) |
| 乳磨牙过早丧失 .....        | ( 23 ) |
| 恒牙萌出困难 .....         | ( 23 ) |
| 儿童换牙时门牙之间有缝隙 .....   | ( 24 ) |
| 个别孩子初生就有牙 .....      | ( 24 ) |
| 新生儿的“马牙子” .....      | ( 25 ) |

## 第三篇 口腔疾病

|                    |        |
|--------------------|--------|
| <b>龋 齿</b> .....   | ( 28 ) |
| 龋齿的发生 .....        | ( 28 ) |
| 龋齿的病变发展 .....      | ( 29 ) |
| 龋齿的治疗 .....        | ( 30 ) |
| 龋齿的预防 .....        | ( 31 ) |
| “虫牙”里真有虫吗 .....    | ( 32 ) |
| 饮茶可防龋病 .....       | ( 32 ) |
| 现代食品对龋齿发生的影响 ..... | ( 33 ) |
| 含氟牙膏对龋齿的预防 .....   | ( 34 ) |
| 凯里德克斯龋齿切除法 .....   | ( 34 ) |

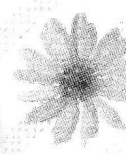


# 目 录

|                   |        |
|-------------------|--------|
| 要倍加爱护补过的牙齿 .....  | ( 35 ) |
| <b>牙体疾病</b> ..... | ( 37 ) |
| 牙痛 .....          | ( 37 ) |
| 牙本质过敏症 .....      | ( 39 ) |
| 牙本质过敏症的防治 .....   | ( 40 ) |
| 牙髓炎 .....         | ( 41 ) |
| 牙根尖周围炎 .....      | ( 42 ) |
| 什么是根管治疗术 .....    | ( 42 ) |
| 根管治疗术分次进行 .....   | ( 43 ) |
| <b>牙周病</b> .....  | ( 45 ) |
| 牙石的形成 .....       | ( 45 ) |
| 牙石的危害 .....       | ( 46 ) |
| 牙石的防治 .....       | ( 46 ) |
| 口腔内细菌种类繁多 .....   | ( 47 ) |
| 引起牙龈出血的因素 .....   | ( 48 ) |
| 牙周病 .....         | ( 49 ) |
| 引起牙周病的局部因素 .....  | ( 50 ) |
| 引起牙周病的咬矜因素 .....  | ( 51 ) |
| 引起牙周病的全身性疾病 ..... | ( 52 ) |
| 牙周病对老年人的影响 .....  | ( 53 ) |
| 牙周病的手术治疗 .....    | ( 54 ) |
| 牙周病的药物治疗 .....    | ( 55 ) |
| 牙周病患者的自我保健 .....  | ( 55 ) |
| 定期进行牙周维护治疗 .....  | ( 56 ) |

# Contents

|                       |        |
|-----------------------|--------|
| <b>口腔黏膜病</b> .....    | ( 57 ) |
| 老年人口腔黏膜病 .....        | ( 57 ) |
| 托牙性口炎 .....           | ( 58 ) |
| 口腔黏膜的过角化症 .....       | ( 58 ) |
| 扁平苔藓 .....            | ( 58 ) |
| 舌痛症 .....             | ( 59 ) |
| 地图舌 .....             | ( 59 ) |
| 剥脱性唇炎 .....           | ( 60 ) |
| 光化性唇炎 .....           | ( 60 ) |
| 腺性唇炎 .....            | ( 61 ) |
| 唇炎的防治方法 .....         | ( 62 ) |
| 流行性腮腺炎 .....          | ( 62 ) |
| 流行性腮腺炎的预防 .....       | ( 63 ) |
| 流行性腮腺炎的治疗 .....       | ( 64 ) |
| 白斑 .....              | ( 64 ) |
| 白斑的防治 .....           | ( 66 ) |
| 艾滋病口腔特征 .....         | ( 67 ) |
| <b>阻生智齿</b> .....     | ( 68 ) |
| 阻生智齿 .....            | ( 68 ) |
| 阻生智齿会产生的危害 .....      | ( 68 ) |
| 智齿冠周炎的治疗 .....        | ( 70 ) |
| <b>口腔颌面外科疾病</b> ..... | ( 71 ) |
| 老年人睡觉流口水 .....        | ( 71 ) |
| 夜磨牙症的原因 .....         | ( 72 ) |



## 目 录

|                     |        |
|---------------------|--------|
| 夜磨牙症的治疗 .....       | ( 73 ) |
| 三叉神经痛 .....         | ( 74 ) |
| 三叉神经痛的治疗 .....      | ( 75 ) |
| 颞下颌关节紊乱综合征 .....    | ( 75 ) |
| 颞下颌关节紊乱综合征的治疗 ..... | ( 76 ) |
| 撞掉后的牙齿可再植 .....     | ( 77 ) |
| 唇裂与腭裂发生的原因 .....    | ( 78 ) |
| 唇裂与腭裂的预防 .....      | ( 79 ) |
| 唇裂与腭裂的手术修补 .....    | ( 80 ) |
| 口腔颌面部恶性肿瘤的预防 .....  | ( 81 ) |
| 面部的“危险三角区” .....    | ( 82 ) |
| 面部皮脂腺囊肿 .....       | ( 83 ) |
| 面部皮脂腺囊肿的切除 .....    | ( 84 ) |

### 第四篇 拔牙、镶牙、种植牙

|                    |        |
|--------------------|--------|
| 拔 牙 .....          | ( 86 ) |
| 不宜拔牙的情况 .....      | ( 86 ) |
| 拔牙后应注意的问题 .....    | ( 88 ) |
| 拔牙创愈合过程 .....      | ( 89 ) |
| 拔牙术中折断牙根的处理 .....  | ( 91 ) |
| 镶 牙 .....          | ( 92 ) |
| 拔牙后要及时镶牙 .....     | ( 92 ) |
| 拔牙以后隔多久镶牙最适合 ..... | ( 93 ) |
| 儿童牙齿缺失也应镶牙 .....   | ( 94 ) |

# Contents

|                  |              |
|------------------|--------------|
| 牙齿缺失的修复方法 .....  | ( 95 )       |
| 固定假牙 .....       | ( 95 )       |
| 活动假牙 .....       | ( 96 )       |
| 烤瓷牙 .....        | ( 96 )       |
| 戴假牙对味觉的影响 .....  | ( 97 )       |
| 假牙的使用 .....      | ( 99 )       |
| 假牙的保养 .....      | (100)        |
| <b>种植牙 .....</b> | <b>(101)</b> |
| 种植牙 .....        | (101)        |
| 种植牙的优势 .....     | (102)        |
| 种植牙的修复步骤 .....   | (103)        |

## 第五篇 牙颌畸形和正畸

|                      |              |
|----------------------|--------------|
| <b>牙颌畸形和正畸 .....</b> | <b>(106)</b> |
| 牙颌畸形 .....           | (106)        |
| 牙颌畸形的种类 .....        | (107)        |
| 牙颌畸形的危害 .....        | (107)        |
| 引起牙颌畸形的不良习惯 .....    | (108)        |
| 牙颌畸形的预防 .....        | (111)        |
| 牙颌畸形的预防性矫治 .....     | (112)        |
| 牙颌畸形的矫治器矫治 .....     | (112)        |
| 牙颌畸形的外科手术矫治 .....    | (113)        |
| “虎牙” .....           | (113)        |
| 长“虎牙”的原因 .....       | (114)        |

# 目 录

|                  |       |
|------------------|-------|
| 避免长“虎牙” .....    | (114) |
| 不要轻易拔除“虎牙” ..... | (115) |
| 无托槽隐形矫治器 .....   | (115) |

## 第六篇 口腔保健

|                     |       |
|---------------------|-------|
| 基本保健 .....          | (118) |
| 可引起口腔疾病的不良习惯 .....  | (118) |
| 漱口 .....            | (120) |
| 正确使用牙签剔牙 .....      | (121) |
| 正确刷牙 .....          | (122) |
| 刷牙要用竖刷法 .....       | (122) |
| 牙刷和细菌污染 .....       | (123) |
| 牙刷的保护方式 .....       | (124) |
| 选用药物牙膏 .....        | (125) |
| 儿童口腔保健 .....        | (126) |
| 儿童“六龄牙”的重要意义 .....  | (126) |
| 特别注意保护儿童“六龄牙” ..... | (127) |
| 不宜用大人嚼过的食物喂小儿 ..... | (128) |
| 婴幼儿生理性流口水 .....     | (129) |
| 婴幼儿病理性流口水 .....     | (130) |
| 乳牙的龋洞要补 .....       | (131) |
| 窝沟封闭 .....          | (132) |
| 防止儿童“牙科畏惧症” .....   | (133) |
| 根尖诱导成形术 .....       | (134) |

# Contents

|                        |       |
|------------------------|-------|
| 教儿童刷牙 .....            | (134) |
| 儿童牙刷、牙膏的选择 .....       | (136) |
| <b>孕妇口腔保健</b> .....    | (136) |
| 孕妇、产妇要刷牙 .....         | (136) |
| 孕妇牙龈易致感染 .....         | (137) |
| 孕妇口腔保健的注意事项 .....      | (138) |
| <b>老年人口腔保健</b> .....   | (139) |
| 老年人更应重视刷牙 .....        | (139) |
| 老年人应注意口腔保健 .....       | (140) |
| 老年人要保持口腔清洁 .....       | (141) |
| 老年人应加强体育活动 .....       | (142) |
| <b>食物营养和牙齿健康</b> ..... | (143) |
| 食物营养和牙齿发育 .....        | (143) |
| 对牙齿健康有害的食物 .....       | (144) |
| 对牙齿健康有利的食物 .....       | (144) |
| <b>牙齿变色和美容牙科</b> ..... | (145) |
| 常见的牙齿变色的原因 .....       | (145) |
| 牙齿美白方法 .....           | (146) |
| 家庭使用漂白方法 .....         | (147) |
| 冷光漂白牙齿 .....           | (147) |

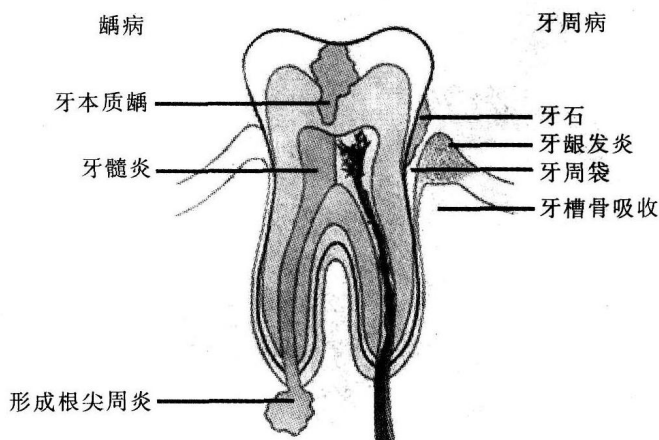
# 第一篇

## 绪 论



## 口腔疾病是人类最多发的疾病

口腔疾病是人类最常见、最多发的疾病之一，每个人从小到老任何时期都可以发生口腔疾病，尤其是龋病、牙周病、错颌畸形、颌面缺损、口腔黏膜病以及口腔肿瘤的发病率很高。世界卫生组织已将龋病列入世界第三大非传染性疾病，仅次于心血管疾病和癌症。根据我们对西安市的调查，龋病发病率在中小學生中为 30% ~ 80%，牙周病发病率在成年人中高达 50% 左右。口腔疾病不仅给患者带来极大的痛苦，而且往往成为影响全身健康的主要因素之一。近年来，随着我国国民经济水平的不断发展和人们生活水平的不断提高，口腔疾病的危害性已日益受到人们的重视，过去不被重视治疗的口腔疾病，已普遍被重视起来，且要求也日益迫切。



## 我国口腔医学发展

我国口腔医学是近代建立起的一门新兴科学，新中国成立前我国牙科医生甚少。据 1948 年的资料统计，当时全国仅有 1300 名左右的牙科医师。近年来，我国口腔医学事业有了很大发展，政府和卫生部门已注意加快口腔医学专业人员的培训，并不断改善医疗设备，以满足人民的需要。现在，全国已有八十多所大学或医学院建立了口腔医学院系，各大城市均有口腔医院或牙病防治所，大多数县以上的综合医院均设置了口腔科。至今我国约有口腔医务工作者近 35 万人左右，其中口腔医师约 7 万人左右。我国口腔医学的发展已具有一定水平，不少口腔疾病诊疗技术、防治方法已达世界先进水平。

## 必须做好口腔疾病预防工作

我国除了继续加快口腔医学专业人员的培训、医疗设备的改善外，还必须做好口腔疾病预防工作。只有做好口腔疾病预防工作，才能从根本上大大减少口腔疾病患者。例如，龋病是由细菌，唾液，牙齿的形态、位置和结构，食物以及全身健康等多种因素造成的，只要建立良好的口腔卫生习惯，消除有害致病菌，控制蔗糖的食用量，隔绝致龋因素对牙组织的侵害，提高牙齿对龋病的防龋力，维护机体和牙颌形态的健全，就能预防龋病，减少龋病的发生。所以，要做好口腔卫生知识的宣传工作，普及预防口腔疾病的知识，号召人民重视口腔卫生，做到有病早治，

无病预防，以大大减少口腔疾病导致的社会负担。

## 要重视口腔健康的定期检查工作

口腔疾病大多是慢性疾病，早期治疗方法简单，且效果好，但是大多数人早期往往没有任何自觉病状。而早期症状不明显，不知道自己是否已患有口腔疾病，就容易被忽视。一旦出现症状，如疼痛或肿胀等，到医院就诊时，往往病情已经严重，多数已是晚期。此时治疗方法复杂，效果有限，有碍身体健康。因此，要定期进行口腔健康检查，以便及时发现和治疗牙齿疾病，防止病情的发展。这对保证口腔的健康，有十分重要的意义。



图 1-1 现代口腔诊疗室

## 健康第一关——口腔保健

Jiānkāng Dìyìguān Kǒuqiāng Bǎojiàn

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一次，若病牙多，龋患倾向明显，或病变进展较快者，间隔时间应缩短，可3~4个月进行一次检查。一般成年人最好每隔半年或1年进行1次口腔保健检查，一旦发现问题，应及时进行处理。有些牙齿经过治疗后，还应根据医生的要求，按时按期预约诊治。

### 人类战胜口腔疾病的历史

龋病(dental caries)是人类最广泛流行的一种慢性病，是危害人类口腔健康最普遍的疾病，任何地区、种族、年龄、性别的人都可能患龋病。据我国古人类和医学史工作者研究发现，人类口腔疾病可追溯到新石器时代(图1-2)，在我国殷墟甲骨文中(公元前1324—1269年)已有人类龋病名称的记载(图1-3)。

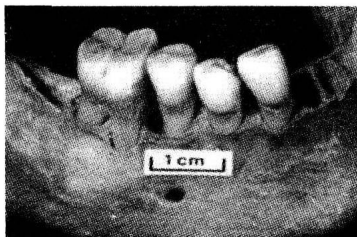


图1-2 人类新石器时代的  
牙周疾病

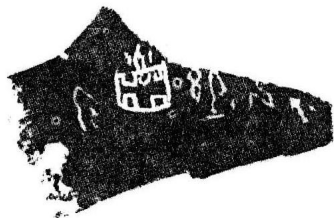


图1-3 公元前约1400年  
殷墟甲骨文关于龋病的记载

现代口腔医学和牙科学是应用生物学、医学、理工学及其他自然科学的理论和技術，以研究和防治口腔及颌面

部疾病为主要内容的科学。口腔治疗设备的不断升级换代从表面上看是口腔医学和牙科学不断追逐时尚的结果，但本质上说却是社会经济与技术不断进步的结果。

