

大学生

口腔健康与疾病防治

DA XUE SHENG KOU QIANG JIANKANG YU JIBING FANG ZHI

◆ 邓 梅 罗鸣春 著



吉林
大学
出版社

民族院校健康教育丛书

大学生

口腔健康与疾病防治

邓 梅 罗鸣春 著

图书在版编目 (CIP)数据

大学生口腔健康与疾病防治 / 邓梅, 罗鸣春著. --
长春: 吉林大学出版社, 2017.7
ISBN 978-7-5692-0388-2

I. ①大… II. ①邓… ②罗… III. ①大学生—口腔—
保健②大学生—口腔疾病—防治 IV. ① R78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 165030 号

书 名: 大学生口腔健康与疾病防治
DA XUE SHENG KOU QIANG
JIANKANG YU JIBING FANG ZHI

作 者: 邓梅, 罗鸣春 著
策划编辑: 邵宇彤
责任编辑: 曲楠
责任校对: 曲楠
装帧设计: 优盛文化
出版发行: 吉林大学出版社
社 址: 长春市朝阳区明德路 501 号
邮政编码: 130021
发行电话: 0431-89580028/29/21
网 址: <http://www.jlup.com.cn>
电子邮箱: jdcbs@jlu.edu.cn
印 刷: 北京一鑫印务有限责任公司
开 本: 787 × 1092 1/16
印 张: 9.75
字 数: 130 千字
版 次: 2018 年 6 月第 1 版
印 次: 2018 年 6 月第 1 次
书 号: ISBN 978-7-5692-0388-2
定 价: 35.00 元



◆ 邓 梅

1964年3月出生，哈尼族，云南省景东县人，1986年7月毕业于云南省卫生学校口腔专业，2006年获得大理医学院临床医学本科学历

2010年晋升为口腔医学副主任医师

从事口腔医学临床工作30余年，持有国家注册医师资格证

现在云南民族大学医院工作，主从要事民族地区口腔医学临床诊疗、口腔健康教育预防工作。擅长口腔内科、牙体牙髓病及牙周病的诊疗。发表论著20余篇



◆ 罗鸣春

1965年9月出生，彝族，云南普洱人，博士，教授，中国心理学会民族心理学专业委员会委员，云南民族大学学术委员会委员，九三学社云南民族大学支社副主委

主持国家社会科学基金项目1项，省部级、地厅级项目4项，出版学术专著2部，发表论著50余篇，其中核心期刊或CSSCI论文20余篇；荣获云南省师德标兵称号

内 容 提 要

《大学生口腔健康与疾病防治》是针对大学生口腔健康与口腔疾病预防及治疗的专门著作。

本书以口腔健康的专业化理论为基础,结合民族院校大学生特殊的发展环境和特点,确定大学生口腔健康、大学生常见口腔疾病防治、大学生口腔保健三大模块,以大学生喜闻乐见、通俗易懂的方式,对当前大学生关心的口腔健康、常见口腔疾病防治、口腔保健等问题进行了简明扼要的阐述。

本书可作为大学生口腔健康知识教育、口腔健康知识宣传普及的参考用书。本书也适合口腔临床工作人士、社区和学校相关口腔工作人员参阅。

前言

口腔健康是整体健康乃至生命质量不可分割的重要组成部分，整齐的牙齿和清新的口气可以使人在行为上保持自尊和人际关系的最高水平。牙齿的健康可以直接反映出一个人的生活卫生习惯，代表了一个人的整体形象，甚至显示了所在社会的文明发展程度。“武装到牙齿”不再是夸大的渲染，而是大学生们口腔保健的行动。由于良好的面型外貌给人以高素质而且自信的印象，现在开始接受口腔保健的大学生不断增多。口腔保健俨然成为大学生的一种时尚。越来越多的普通高等院校通过开设公共课的方式普及口腔健康知识，力图通过提高大学生的口腔保健意识，增强大学生的自我效能，从根本上促进大学生们的口腔保健行为，减少口腔疾病的发生，提高身心健康水平。

大学生文化程度高，接受能力强，善于更新观念和改变不良的口腔卫生习惯。在大学生中开展口腔健康教育，可以有效提高大学生的口腔健康意识，促进其主动采取口腔保健措施来维护口腔健康。这样不仅对其自身大有裨益，而且随着越来越多的大学生进入到社会的各个领域，他们的口腔保健意识和健康的卫生习惯还会传达到社会各阶层中去，对社会和未来人口的素质提高有着现实的意义。因此，口腔健康教育对大学生而言有重要的意义。

本书以口腔健康的专业化理论为基础，结合民族院校大学生特殊的发展环境和特点，确定大学生口腔健康、大学生常见口腔疾病防治、大学生口腔保健三大模块，以大学生喜闻乐见、通俗易懂的方式，对当前大学生关心的口腔健康、常见口腔疾病防治、口腔保健等问题进

行了简明扼要的阐述。本书可作为大学生口腔健康知识教育、口腔健康知识宣传普及的参考用书。本书也适合口腔临床工作人士、社区和学校相关口腔工作人员参阅。

本书是在前人工作基础上编著而成的，参考、引用了口腔医学工作者的大量资料，凝结着众多口腔医学研究者和同行专家的智慧结晶。在此表示衷心的感谢！

同时，由于本书的编写者视野、经验、水平所限，错误疏漏之处，敬请读者批评指导。

邓 梅 罗鸣春

2017年5月

目 录

上篇 大学生口腔健康概述 / 001

第一章 大学生口腔健康概述 / 002

- 一、大学生口腔卫生知识调查 / 003
- 二、大学生口腔健康的流行病学调查 / 009
- 三、大学生口腔卫生习惯调查 / 014
- 四、小结 / 016

参考文献 / 017

中篇 大学生常见口腔疾病防治 / 019

第二章 龋病及其防治 / 020

- 一、牙齿的生理结构和功能 / 021
- 二、龋病的概念 / 022
- 三、龋病的病因 / 023
- 四、龋病的分类、临床表现和诊断 / 030
- 五、龋病的治疗 / 035
- 六、龋病的预防 / 036

小贴士 / 039

- 补牙后可能出现的问题有哪些? / 039

参考文献 / 040

第三章 牙周病及其防治 / 042

- 一、牙周组织的应用解剖 / 042
- 二、牙周病的概念 / 044
- 三、牙周病的病因学 / 045
- 四、牙周病的主要症状和临床病理 / 052
- 五、牙周病的临床症状、诊断及治疗 / 058
- 六、牙周病的预防和疗效维护 / 064

小贴士 / 073

刷牙方法 / 073

参考文献 / 075

第四章 智齿冠周炎 / 077

- 一、概念 / 077
- 二、智齿冠周炎的病因 / 078
- 三、智齿冠周炎的分类及临床表现 / 079
- 四、智齿冠周炎的诊断 / 081
- 五、智齿冠周炎危害 / 081
- 六、智齿冠周炎治疗 / 083
- 七、智齿冠周炎预防 / 083
- 八、智齿的拔除 / 084

小贴士 / 085

拔牙后注意事项 / 085

参考文献 / 086



第五章 牙髓病和根尖周病 / 087

- 一、牙髓及根尖周组织生理学特点 / 087
- 二、牙髓病和根尖周病病因及发病机制 / 091
- 三、牙髓病和根尖周病的临床表现及诊断 / 095
- 四、牙髓病和根尖周病治疗 / 099
- 五、牙髓病和根尖周病的预防 / 100

参考文献 / 102

第六章 预防牙外伤 / 103

- 一、什么是牙外伤 / 103
- 二、牙外伤的病因 / 104
- 三、牙外伤的危害 / 105
- 四、常见的牙急性损伤的类型、症状及治疗 / 105
- 五、牙外伤的预防 / 110

参考文献 / 110

第七章 口腔正畸 / 112

- 一、什么是错骀畸形 / 112
- 二、错骀畸形的病因 / 113
- 三、常见错骀畸形的表现形式 / 117
- 四、错骀畸形的危害 / 118
- 五、错骀畸形的矫治方法 / 119
- 六、正畸治疗中的口腔健康教育和卫生保健 / 121
- 七、保持 / 122

小贴士 / 122

- 一、牙齿矫正一般需要多长时间 / 122

二、为什么矫正完牙齿还需要戴保持器 / 123

参考文献 / 123

第八章 心因性口腔异常与防治 / 124

一、心因性口腔异常诊断 / 125

二、心因性口腔异常的治疗 / 126

三、疗效评定 / 126

四、心因性口腔异常两例 / 127

五、心因性口腔异常的防治 / 128

参考文献 / 129

下篇 大学生口腔保健 / 131

第九章 口腔美学与大学生口腔保健 / 132

一、口腔医学美学与口腔修复美学 / 133

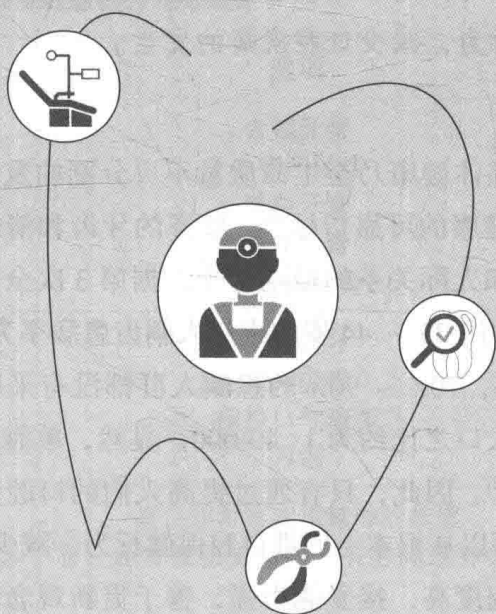
二、大学生口腔保健 / 138

参考文献 / 143





大学生口腔健康概述



第一章 大学生口腔健康概述

本章学习目的

了解大学生口腔健康现状及特点，提高大学生口腔健康知识的知晓率，改善大学生口腔健康习惯，促进口腔保健行为，减少口腔疾病的发生。

口腔健康是整体健康乃至生命质量不可分割的重要组成部分，可以作为一项评价全身健康的可靠指标^[1]。整齐的牙齿和清新的口气可以使人在行为上保持自尊和人际关系的最高水平。据第3次全国口腔健康流行病学抽样调查显示：中国35～44岁的中年人龋齿患病率为88.1%，老年人龋齿患病率高达98.4%，70%～90%的患龋人群都没有采取有效的治疗。而中国口腔科医生与人口之比约为1:40 000，显然，单靠口腔科医生来防治牙病是十分困难的^[2]。因此，只有通过提高人们的口腔保健意识，增强患者的自我效能，才可以从根本上促进口腔保健行为，减少口腔疾病的发生。

大学生文化程度高，接受能力强，善于更新观念和改变不良的口腔卫生习惯。在大学生中开展口腔健康教育，可以有效提高大学生的口腔健康意识，促进其主动采取口腔保健措施来维护口腔健康。这样不仅对其自身大有裨益，而且随着越来越多的大学生进入到社会的各个领域，他们的口腔保健意识和健康的卫生习惯还会传达到社会各阶层中去，对社会和未来

人口的素质提高有着现实的意义。因此，口腔健康教育对大学生而言有重要的意义。

一、大学生口腔卫生知识调查

为了解在校大学生的口腔保健意识和饮食习惯，为口腔健康教育提供原始数据。景欢、吴也可、李慧等^[3]采用分层抽样的方法，对四川大学 1 500 名大学生以问卷调查的形式对其口腔保健意识和饮食习惯进行调查。最终回收有效问卷 1 362 份。其中，男生 712 名，占总人数构成比为 52.3%，女生 650 人，占总人数构成比为 47.7%；平均年龄为 19.37 岁。问卷设置了 19 个问题，涉及日常口腔保健意识和饮食习惯（包括水果、甜食、乳制品、含糖饮料食用的频率和量等）。

（一）口腔保健意识

表 1-1 大学生口腔保健意识的情况调查

问题	选项	构成比 (%)
牙膏的类型	含氟牙膏	22.9
	中草药牙膏	37.6
	美白牙膏	32.5
	消炎牙膏	3.9
	抗过敏牙膏	3.1
刷牙的目的	防止蛀牙	25.1
	保持美观	19.1
	保持口气清新	32.8
	习惯	23.0
是否有将木糖醇作为糖代用品的习惯	有，非常喜欢木糖醇的味道	13.9
	有，经常在感觉口腔中有异味或异物时使用	20.5
	不是经常使用	65.6

续表

问题	选项	构成比 (%)
吃完甜食后会做什么	清水漱口	33.3
	用牙膏刷牙	12.4
	用漱口水	13.9
	什么也不做	39.6
	其他清洁措施	0.8
牙痛	及时咨询医生	17.4
	只偶尔疼就不理会	44.5
	牙疼不能忍受时再去看医生	38.1
牙变色	就诊	51.6
	不就诊	48.4
龋洞	选择就诊	67.6
	不理睬	32.4
平均多久去医院检查牙齿	1个月及以下	2.9
	3个月	5.7
	6个月	9.3
	1年及以上	23.8
	从不	58.3

数据来源:景欢,吴也可,李慧,等.大学生口腔保健意识和饮食习惯的调查研究[J].国际口腔医学杂志,2013,40(1):20-24.

调查显示:在牙膏的选择上,37.6%的学生倾向于使用中草药牙膏,仅22.9%的学生选用含氟牙膏;为保持口气清新而刷牙的人最多;进食甜食后,大多数人不进行任何清洁措施。而关于糖代用品木糖醇使用情况的调查显示:65.6%的学生不是经常使用(见表1-1)。

牙齿疼痛出现时,大多数学生选择忍耐(44.5%),仅在难以忍受时才会就诊(38.1%)。当牙齿颜色改变后,仅约一半的人会选择就诊。超过半数的人从不定期检查牙齿(见表1-1)。

(二) 饮食习惯调查

(1) 水果食用频率每周1~2次的学生最多(为方便统计,将每周1次和每2~3天1次合记为每周1~2次)(45.4%),每天1次及以上(为

方便统计,将每天1次和每天2次以上的合记为每天1次及以上)的学生位居第二。女生食用的频率显著高于男生($P<0.01$)。每次摄入的数量,除了糖果、巧克力组以外,摄入100~400g的学生最多(为方便统计,将100~200g,200~300g,300~400g的合记为100~400g),男女生食用数量差异无统计学意义(见表1-2,1-3)。

表1-2 各类食物的摄入频率

食物	每天2次 以上	每天1次	每2~3d1 次	每周1次	几乎不
新鲜水果	9.9	33.6	30.2	15.2	11.1
饼干、蛋糕、面包等甜点心	4.9	21.6	33.0	20.0	20.5
含糖牛奶、酸奶、奶粉	5.2	30.2	26.4	13.7	24.5
糖果、巧克力	3.4	9.5	17.6	21.3	48.2
橙汁、苹果汁等果汁	2.2	9.5	19.7	22.8	45.8
可乐、雪碧等碳酸饮料	2.4	6.4	17.2	24.2	49.8

数据来源:景欢,吴也可,李慧,等.大学生口腔保健意识和饮食习惯的调查研究[J].国际口腔医学杂志,2013,40(1):20-24.

每次摄入的数量,除了糖果、巧克力组以外,摄入100~400g的学生最多(为方便统计,将100~200g,200~300g,300~400g的合记为100~400g),男女生食用数量差异无统计学意义(见表1-2,1-3)。

(2)甜食饼干、糕点等甜食的食用频率和数量分布基本与水果类的一致,每周1~2次的学生最多(53%),每次100~400g的学生占大多数(71.2%)。女生的食用频率仍然显著高于男生($P<0.01$),但数量无男女差异。

值得注意的是,糖果、巧克力等甜食的食用频率和数量分布跟前两者不同。频率上,很少食用的学生最多(48.2%);数量上,每次少于100g的学生最多(61.5%)。无论在频率和数量上,男女生的差异均无统计学意义(见表1-2,1-3)。

(3) 乳制品频率和数量分布与水果类的等一致, 每周 1 ~ 2 次和每次 100 ~ 400g 的学生占大多数, 分别是 40.1% 和 72.7%。女生的食用频率高于男生 ($P<0.05$), 数量上男女生差异无统计学意义 (见表 1-2, 1-3)。

(4) 含糖饮料食用频率分布与前几项不同。频率方面, 很少饮用的学生最多。男生饮用频率显著高于女生 ($P<0.01$)。数量方面, 仍然是 100 ~ 400mL 的最多, 男生饮用量显著高于女生 ($P<0.01$) (见表 1-2, 1-3)。

表 1-3 各类食物的摄入量

食物	少于 100	100 ~ 200	200 ~ 300	300 ~ 400	多于 400
新鲜水果 /g	15.7	42.9	26.5	7.8	7.1
饼干、蛋糕、面包等甜点心 /g	25.1	44.3	20.4	6.5	3.7
含糖牛奶、酸奶、奶粉 /g	22.1	36.3	29.1	7.3	5.2
糖果、巧克力 /g	61.5	19.4	9.3	5.7	4.1
橙汁、苹果汁等果汁 /mL	34.2	25.4	19.1	11.4	9.9
可乐、雪碧等碳酸饮料 /mL	32.2	21.1	24.4	10.6	11.7

数据来源: 景欢, 吴也可, 李慧, 等. 大学生口腔保健意识和饮食习惯的调查研究 [J]. 国际口腔医学杂志, 2013, 40 (1): 20-24.

综上所述, 在水果、甜食、乳制品中, 皆是女生食用频率更高, 但在数量上男女无显著差异, 除糖果、巧克力是很少食用及每次小于 100g 的学生最多以外, 其余各项均为每周 1 ~ 2 次、每次 100 ~ 400g 的学生最多。与前三者不同, 约一半的学生很少饮用含糖饮料, 而饮用的学生也是每周 1 ~ 2 次, 每次 100 ~ 400mL 的学生较多, 且男生饮用数量和频率皆显著高于女生 ($P<0.01$)。

(二) 大学生口腔保健现状

刷牙可以机械清除牙面堆积物和牙菌斑。早晚刷牙, 每次刷牙 3min 能有效维护口腔健康。而牙刷应根据个人年龄和口腔状况进行选择, 更换频率为每 3 个月 1 次。本研究对牙膏的选择和刷牙目的进行调查, 调查显