



81

卫生知识丛书
怎样防治牙病
余 树 观

河南人民出版社出版
河南第一新华印刷厂印刷
河南省新华书店发行

787×1092毫米32开本 4 $\frac{1}{2}$ 印张 83千字
1978年7月第1版 1978年7月第1次印刷
统一书号 14105·42 定价 0.27 元

前 言

一付良好的牙齿，对一个人的健康关系极大；而牙病又是一种常见病、多发病，往往成为影响健康的主要因素之一。因而遵照毛主席关于“一切为了人民健康”的伟大教导，编写了这本《怎样防治牙病》。内容力求深入浅出，语言力求大众化。

在编写过程中，征求过部分工农兵和医务工作者的意见。其中李润卿、王启贤医师曾提出许多宝贵意见；初稿完成后，承姜国城讲师、宫照仪医师审阅；书中插图，系由刘德璋同志协助绘制。对同志们的热情帮助，一并致谢。

郑州市卫生局及郑州市第五人民医院党委，对编写工作给予了大力支持和鼓励，从而大大促进了本书的完成。

由于编者水平有限，衷心希望读者发现书中的缺点错误，随时给予批评、指正。

编 者

1978年1月

目 录

牙齿及牙周组织	(1)
乳牙与恒牙	(1)
牙齿的作用	(6)
牙齿的形态和构造	(7)
牙周组织	(11)
颌骨有些什么特点	(13)
刷牙方法介绍	(15)
刷牙的好处	(15)
什么样的牙刷好	(16)
正确刷牙法	(19)
横刷为什么不好	(22)
牙垢是怎样形成的	(23)
关于剔牙	(26)
牙齿及口腔的某些异常情况	(28)
“马牙”是怎么回事	(28)
什么是“虎牙”	(29)
“牙痈”与“牙疳”	(32)
为什么发生“倒牙”	(34)
牙齿为什么发黄、变色	(37)

牙龈出血问题	(43)
牙齿为什么会松动	(45)
口臭的原因及处理	(47)
牙齿掉了怎么办	(48)
下巴为什么会“掉”	(51)
积极防治儿童牙病	(53)
重视防治乳牙疾病	(53)
六龄牙的重要性	(59)
儿童的口腔卫生	(62)
纠正儿童的不良习惯	(63)
牙齿排列不齐的预防和矫治	(66)
前牙为什么拥挤不齐	(67)
为什么发生“地包天”	(69)
牙齿排列过稀	(71)
牙齿错位	(72)
常见牙病	(74)
龋齿	(74)
牙髓炎	(80)
根尖周围炎及牙槽脓肿	(85)
牙周病	(87)
智齿冠周炎及阻生智齿	(93)
补牙与防治牙病的关系	(97)
哪些情况需要补牙	(98)
补牙的一般方法	(100)

补牙应注意的问题	(102)
拔牙的某些有关问题	(105)
不要轻易拔牙	(105)
哪些牙齿需要拔除	(106)
哪些情况下不能拔	(107)
拔牙的有关事项	(109)
拔牙方法	(111)
拔牙后应注意的问题	(113)
拔牙可能出现的情况及处理	(114)
镶牙简介	(118)
什么情况下可以镶牙	(119)
镶什么样的牙好	(121)
什么是快速镶牙	(124)
假牙的使用与保护	(125)
附 治疗牙痛的土单验方	(129)

牙齿及牙周组织

人的身体，就象一部复杂的机器，牙齿是这部机器的重要部件之一。它对于消化、语言以及面容的美观等等，都有着很重要的作用。所以保护牙齿，及时预防和治疗牙齿的疾病，是非常重要的。

牙齿有病，常给病人带来极大的痛苦。人们常说“牙痛不算病，痛起来要命”，这句话是有些道理的。如果牙病不及时医治，还可能引起一些非常严重的全身性疾病，有的甚至造成生命危险。关于这些问题，以后再介绍。

乳 牙 与 恒 牙

（一）乳 牙

小儿出生后，正常情况下，半岁左右就开始长出牙齿，这就是乳牙。

乳牙的生长是有一定顺序的。一般是下面（下颌）正中先长出一个或并排对称长出两个，接着上面（上颌）正中也相应地长出一个或两个。这就是习惯上说的门牙。以后，随着年龄的增长，牙齿也逐渐增多。一般到两岁半左右乳牙出齐。乳牙出齐后，小儿口内牙齿的总数是20个。它们的名称

见图 1。

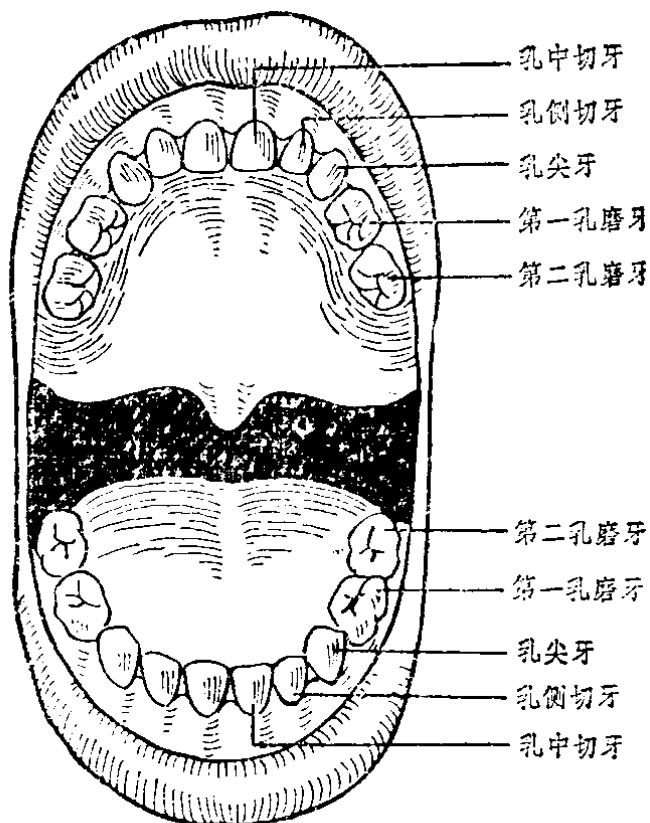


图 1 全口乳牙

上面说的是一般情况。有的小儿不到半岁就出牙，也有的半岁过了还没有出牙，这些现象都是不奇怪的。但是，如果提前或错后时间太长，比如直到一岁以后还没有出牙，这就应当检查一下不出牙的原因。

还有一些极个别的情况，刚出生的婴儿，口内就有牙齿。这也不值得大惊小怪，更不是什么“不祥之兆”。对于这种牙齿，如果松动或者影响吸奶，就应当拔掉。没有上述情况，也可以保留。

刚出牙时，小儿口水增多、流涎、咬奶头等，这些都是正常现象。其原因可能是牙床（俗称牙花子）痒感或牙齿对口腔器官的刺激而引起的。

乳牙全部出齐，大约到6岁左右，然后又按出牙的先后次序，逐渐松动、脱落，而分别逐渐被新长出的恒牙所替换。这就是习惯上说的“换牙”或“替牙”。

应当特别注意的是，小儿一般在6岁左右，相当于替换门牙的同时，在两边乳磨牙最尽头的牙床上，上下各有一个新的大牙长出，这是第一恒磨牙，即所谓“六龄牙”。六龄牙是一个十分重要的牙齿，它不但将要担负主要的咀嚼任务，而且将对全口恒牙的萌出有着一定的影响。因此，应当特别注意保护。

出牙，在医学上称为“萌牙”。

乳牙萌出的时间和次序如下：

中切牙	6～8个月
侧切牙	8～9个月
第一磨牙	12～14个月
尖牙	16～18个月
第二磨牙	20～30个月

一般规律是，下牙萌出的时间，较同名相应的上牙萌出时间要早一些。

（二）恒牙

在人的一生中，有两次牙齿长出，前面说的乳牙，是第

一次。当乳牙到了一定年龄而松动脱落后，即有新长出的牙齿来替换。这新长出的牙齿，就是恒牙。也就是说，儿童6岁以后，新长出的牙齿，如果不是因病或其他意外损伤，是终生不会脱落的，所以称为“恒牙”。

恒牙按一定的顺序逐渐替换乳牙，一般到13岁左右，乳牙就全部为恒牙所替换。如果相应的恒牙已经萌出，而乳牙还没有脱落，或者该换的乳牙，到时候还没有换（有时相应的乳牙恒牙同时存在，口内出现两层牙齿），这在医学上叫做乳牙迟脱或乳牙滞留。在乳恒牙交替的过程中，这种现象是很常见的。这时应当检查一下，必要时拔除乳牙，以便恒牙能顺利长出。否则，迟脱的乳牙占据了恒牙的位置，新长的恒牙容易长歪，以至引起日后牙齿排列不整齐。

恒牙全部出齐后，口内应当是28~32个牙齿。也就是说，以正中线为标准，上下左右各长出7~8个牙齿。它们的名称见图2。

为什么乳牙是20个，而恒牙却是28~32个呢？这是因为有很大一部分人，根本不长上下两侧最后的一个牙齿（第三恒磨牙），有些人是上面两侧长出，而下面两侧不长。或者下面两侧长出，而上面两侧不长。因此，这部分人牙齿的总数，就可能是28或30个。只有上下两侧最后一个牙齿都完全长出的人，牙齿总数才是32个。以上几种情况，都是完全正常的。

凡是口内长30或32个牙齿的人，两侧最后的牙齿，一般都在18岁以后才长出，所以医学上把最后长出的牙齿称为“智齿”。智齿，特别是下领的智齿，在长出的过程中，常常

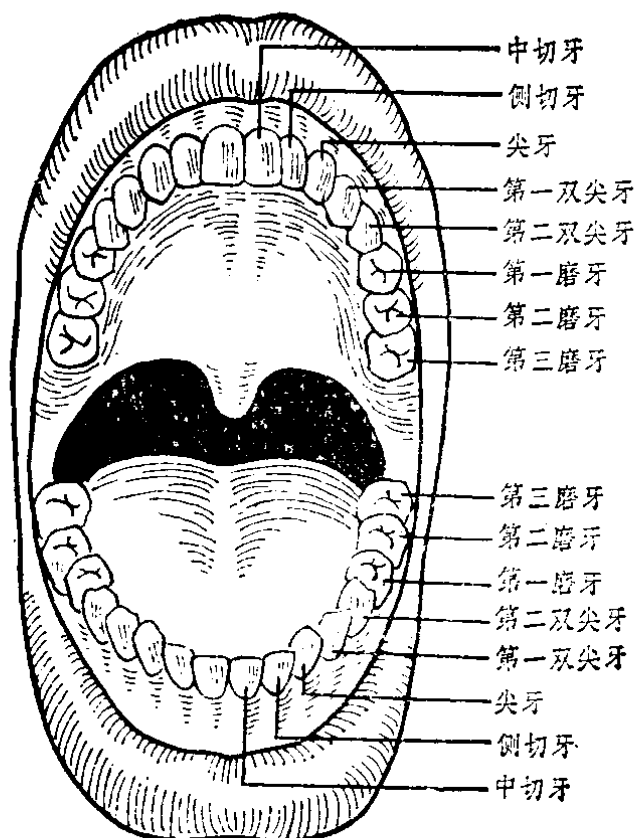


图 2 全口恒牙

发生障碍，或者位置长得不适当，容易引起一些疾病。关于这个问题，我们在以后讲到智齿冠周炎时，再作介绍。

凡牙齿总数多于32个，或者总数虽然不多，但该长牙的位置已经有应该长的牙齿长出，而在正常牙的一旁又长出了其他多余的不该有的牙齿，这种牙齿，医学上称为“多余牙”或“额外牙”。多余牙是经常畸形的，一般应当拔除。

恒牙是终生不再替换的，如果因病或其他意外损伤而脱落，缺牙的位置就再不会有新的牙齿长出了。

恒牙萌出的时间和顺序如下：

第一磨牙	5~7岁
中切牙	5~9岁
侧切牙	5.5~10岁
第一双尖牙	8~12岁
尖牙	8~13岁
第二双尖牙	9~13岁
第二磨牙	10~14岁
第三磨牙	18岁以后

一般说，女性出牙的时间，要比男性稍早一些。

牙 齿 的 作 用

牙齿最大的作用是咀嚼食物，同时对于语言、美观、促进面部发育和保持正常的面容等，都有着重要的影响。

大块的食物，首先要经过牙齿将它切断或咀嚼、磨碎。这样不仅有利于我们更好地尝到食物的味道，而且为以后的各个消化过程，提供重要的条件。一个没有牙齿或牙齿不好的人，不但很多食物不能吃，而且吃食物时，常觉得不香甜。同时也很容易造成消化不良、营养缺乏，甚至引起某些疾病。比如患胃病的人，不少就是由于牙齿不好或吃饭太快引起的。

牙齿对于说话也有很密切的关系。没有牙齿，说话就不清楚，这是大家所熟知的。特别是前牙，这种影响就更加明显。如果前牙缺失，而又没有得到有效的修复（镶牙），对于某些专业工作者，如演员、教师、歌唱家、翻译工作者等等，工作是无法顺利进行的。若全口牙齿缺失，即使是镶好

了牙，他们的工作，也将是非常不便的。

美观，牙齿的健康、整齐、清洁，是健美的一个方面。如果满口缺牙，即使这人还年轻，也给人一种衰老的感觉；如果前牙排列不齐、拥挤、反胎、缺失等等，整个面部就会显得不协调。

牙齿对于上、下颌骨的发育，也有重要的作用。特别是儿童，影响更加明显。如果儿童牙齿不好或缺牙过多，不能正常咀嚼，上下颌骨就得不到正常生理力量的刺激，颌骨的发育就会受到一定的影响。

牙齿的形态和构造

（一）形 态

从外观看，牙齿由三部分组成。露在口腔内的部分称为牙冠，埋在牙槽骨里的部分称为牙根，牙冠与牙根之间称为牙颈（图3）。

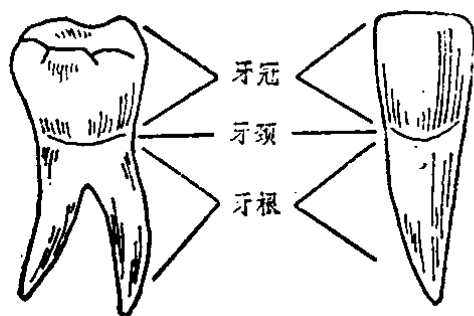


图3 牙齿各部

各种牙齿，都有它独特的形态和名称。这主要是根据它们的作用和在口腔中的位置来决定的。比如切牙，它们的作用是切断食物。又由于它们是生长在口腔的最前面，就象口腔的大

门似的，所以又称门牙。切牙的牙冠都是宽而扁，就象铲一样，这样就有利于切断食物。又如尖牙(俗称犬牙)，因它的作用主要是撕碎食物和支撑口角，所以牙冠长而厚，牙尖锐利，牙根长而粗壮。至于磨牙，因它们的主要作用是磨碎食物，上下交错成杵臼状，故又称臼齿(图4)。

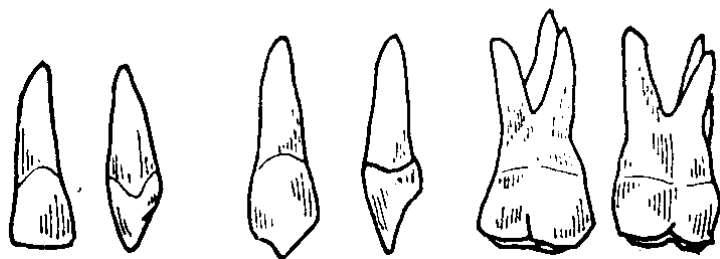


图4 牙齿的形态

由于牙齿的生长是左右对称的，所以医学上以正中中线为标准，将牙齿分成左右两侧。上颌左右两侧对称的牙齿，形态、作用和名称都是完全一致的。下牙也是这样。但上下相应的牙齿，则名称相同，作用一致，但形状并不完全一致。

下面以恒牙为例，介绍一下它们的名称和数目。

切牙：即门牙。上下左右各2个，共8个。

尖牙：即犬齿。上下左右各一个，共4个。

双尖牙：即前磨牙、前臼齿或小白齿。上下左右各2个。共8个。

磨牙：即臼齿或大白齿，上下左右各2~3个，共8~12个。

乳牙的名称，和恒齿基本一致。但乳牙没有双尖牙，所以相当于恒牙双尖牙的位置，是乳磨牙。

（二）构造

牙齿并不是实心的，它的外面有一个厚而坚实的外壁。中央是一个容有牙髓的腔，叫做牙髓腔。牙髓腔内有丰富的血管、神经和其他软组织。牙髓腔内的血管、神经，通过牙根尖的小孔（根尖孔），而与全身其他血管、神经相通。牙齿的感觉和营养，就是从这里来的。

牙齿的外壁有两层。这两层组织，由外向里看，在牙冠，

是牙釉质、牙本质；在牙根，是牙骨质、牙本质。也就是说，整个牙齿的内层（包括牙冠和牙根）都是牙本质。而外层，牙冠部分是牙釉质，牙根部分是牙骨质（图5）。

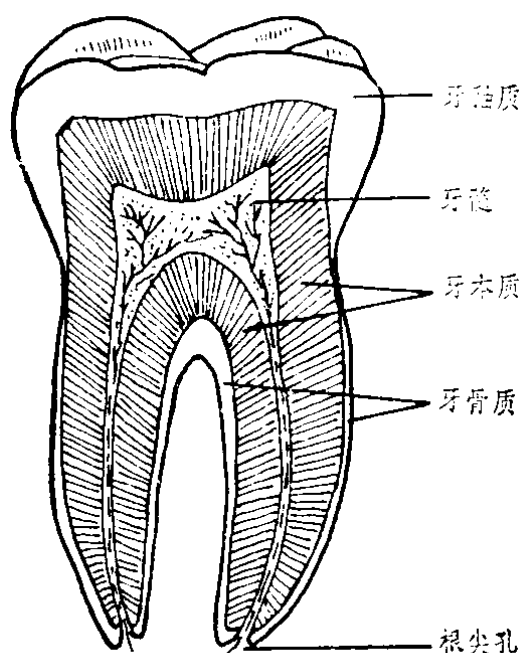


图5 牙齿的构造（剖面）

牙釉质：牙冠的最外层是牙釉质（珐琅质），这在人体中是最坚硬的

组织，比普通的骨头坚硬得多。釉质的钙化程度极高，硬度相当于石英，仅次于金刚石。可以想见，在我们的一生中，每天反复多次用牙齿来咀嚼食物，如果没有一个很大的硬度，

那是不可想象的。釉质中，无机盐占96%，有机物和水分仅占4%，其中有机物不到1%。到目前为止，大部分科学家认为，釉质中是没有血管神经的。所以釉质没有感觉，也不能再生。但各种研究证明，釉质是生活的组织，能进行新陈代谢。关于这些问题，目前还是正在研究的课题。

釉质虽然极硬，但如果我们不注意保护，经常用牙齿咬过硬的东西，如咬酒瓶盖、松子、干莲子、核桃等，那就可能造成釉质的缺损和磨耗。破坏了外面这一层最坚硬的组织，牙齿就不坚实了。不但以后吃东西时，容易发生酸痛，同时还会引起一些更严重的牙病。

釉质的颜色呈乳白色，有一定的透明度。釉质磨损后，牙齿表面就没有光泽。

牙本质：牙齿的内层是牙本质（又称象牙质或牙质）。牙本质的厚度比釉质大，但硬度却比釉质小得多。牙本质是构成牙齿的主体，颜色淡黄，有机物的含量比釉质多，约占30%。牙本质中，有许多牙本质小管，其中有不少极微细的神经末梢。牙本质是有感觉的，也有一定的再生能力。当牙本质暴露或接近暴露时，我们用凉水刷牙或遇到凉风，以及吃冷、热、酸、甜食物时，牙齿就可能感到酸痛。如不及时处理，症状就可能逐渐加重。

牙骨质：复盖在牙根表面，硬度和普通的骨质相仿。在近牙颈部，牙骨质逐渐变薄。牙骨质的作用，一方面对牙齿有一定的支持能力，另一方面当牙齿受伤时，牙骨质能起到一定的修复作用。

在牙颈部，牙釉质和牙骨质都极薄，有时这两种组织在牙颈部都不存在。所以，牙颈部是牙齿表面的一个薄弱环节。如果由于某些疾病（如牙龈萎缩等），牙齿相对伸长，牙颈部暴露，当遇到冷热等刺激时，牙齿就可能发生酸痛。此外，某些疾病，如龋齿（俗称虫牙）等，容易发生在牙颈部，或刷牙方法不当，容易造成牙颈部缺损等等，这都与其本身的结构是有关系的。

牙髓：牙齿的中央是牙髓腔。牙髓就是充满在牙髓腔内的血管、神经和其他软组织的总称。牙髓的感觉是极为灵敏的。任何刺激，如冷、热、酸、甜、触、压等，都能引起牙髓的痛感。牙痛的原因，就是由于牙髓中的神经受到刺激而发生的。

牙髓的作用，一方面是供给牙齿的营养，同时，当牙齿受到外界刺激时，牙髓能发生保护性反应，从而避免牙齿的损伤。

如果牙髓坏死，或因病不得不去掉牙髓时，牙齿因失去水分和营养，就会变脆而容易折断。同时，牙齿的颜色将逐渐变暗，并失去光泽。这就正象一颗死了的树一样，因失去水分和营养，将逐渐干枯，易于折断。

牙 周 组 织

牙周组织，主要是指牙周膜、牙槽骨和牙龈（图6）。

（一）牙周膜

牙周膜是介于牙根和牙槽骨之间的一群坚韧的纤维组