



北京市卫生教育所

继续教育
医学科普
丛书

口腔常见病防治知识



北京市口腔医院
预防科

0.1
8
83

主 编：韩长林
副主编：刘国柱
代玉英

候诊教育医学科普丛书

口腔常见疾病防治知识

北京口腔医院预防科

北京市卫生教育所

责任编辑：崔义祥

封面设计：齐欣

插图：田俊民

口腔常见疾病防治知识

北京口腔医院预防科

候诊教育医学科普丛书之十



北京市卫生教育所出版

北京市和平里北街20号

天津市蓟县新新印刷厂印刷

787×1092毫米32开本

北京市文化局批号，137号

内部发行

愿这本书成为你的朋友

中国有句老话，叫做“有病三分治，七分养”。在医学越来越进步的今天，这句话还适用吗？我说，还适用。不但适用，而且随着医学的发展，个人调养在战胜疾病方面会显得越来越重要。在这种情况下，如果没有普通卫生防病知识和常识，单靠医和药并不能保证健康。就是有再好的医生，再好的药品，也不如不得病或少得病好。随着生活水平的不断提高，每个人更应当把自己的防病治病知识提高到更高的水平，这对于一个人的身体健康，则更为重要。

记得1983年最后一天的下午，我到北京积水潭医院去了解医务人员的工作情况，看到大家都很忙。当时我对医务人员讲，现在“医疗”的概念与以往人们的理解不同了，不能只是理解为病人来看病，我给检查检查，开个处方了事。医务人员还有一个重要的任务，就是应当把医学科学知识教给病人，让病人自己用知识的力量与疾病作斗争。

现在北京市卫生教育所与首都各医院协作编印了这一套《候诊教育医学科普丛书》，这是一件很有意义的工作。这些书都是请有经验的医生写的，病人看书，就等于听医生谈话。可以说，这套书就是联系医生和病人的纽带和桥梁。我认为，这套书在传播医学科学知识，促进病人早日康复，提高人民的健康水平方面，一定会发挥它应有的作用。

祝愿每一位病人都早日康复健康！

崔月犁

一九八四年十月九日

目 录

口腔保健部分

- 如何选择牙刷和牙膏? (1)
- 氟化物能致癌吗? (2)
- 除刷牙外还有什么方法能清洁牙齿? (3)
- 牙菌斑显示剂有何用途? (5)
- 刷牙方法不正确有什么危害? (6)

牙体部分

- 为什么有时牙齿遇冷、热、甜、酸有疼痛感觉,
 如何治疗? (7)
- 患龋齿的牙, 疼几天后不疼了, 能算病好了吗? (8)
- 经治疗后的死髓恒牙为什么容易劈裂? (9)
- 龋齿如何治疗和预防? (9)
- 氟牙症如何治疗和预防? (11)
- 为什么有的成人个别乳牙不替换
 或乳牙掉了不长新牙? (12)
- 什么是多生牙? 长了多生牙怎么办? (13)

镶牙部分

- 成年人缺牙后为什么要镶牙? (14)

活动假牙好还是固定假牙好？.....	(16)
拔牙后什么时候镶牙合适？.....	(18)
拔牙后骨尖是如何形成的？应如何处理？.....	(19)
镶牙后产生疼痛怎么办？.....	(20)
怎样使用及保护假牙？.....	(22)

牙周部分

什么叫牙菌斑？什么是牙石？为什么要把它除掉？...	(23)
牙周病的病因，症状及其预防.....	(24)
夜间磨牙是什么缘故？.....	(26)
哪些原因可以引起牙龈出血？怎么防治？.....	(27)
常见食物嵌塞的原因及治疗.....	(29)
口臭是怎么引起的？.....	(30)

粘膜部分

什么是白斑？.....	(31)
什么是手足口病？.....	(32)
什么是口腔粘膜病？常见的口腔粘膜病有哪些？.....	(34)

口腔外科部分

拔牙的适应症是什么？拔牙痛不痛？.....	(38)
拔牙后应该注意什么？.....	(39)
什么是智齿冠周炎？智齿冠周炎怎样预防和治疗？...	(40)
什么是颌骨骨髓炎？怎样预防和治疗？.....	(41)
口腔颌面部受伤后该注意哪些问题？.....	(42)
牙齿因外伤脱落后该怎么办？能否再植入？.....	(43)

什么是阻生牙？阻生牙都必须拔除吗？

拔阻生牙后应该注意什么？……………（45）

什么是三叉神经痛？如何预防和治疗？……………（46）

口眼歪斜是怎么引起的？如何预防和治疗？……………（47）

颞下颌关节痛、弹响是什么病？如何预防和治疗？…（48）

颌面部肿瘤的致病因素是什么？如何进行治疗和预防？（49）

如何选择牙刷和牙膏？

口腔卫生，对保持人体健康、预防疾病有着重要的作用。

做好口腔卫生，首先要做好牙齿的清洗工作，即刷牙。俗话讲“成其事，先利其器”，我们怎样在多种形状和结构的牙刷中，选择出较为适合自己的牙刷呢？

1. 最好选择直柄平刷。

2. 毛刷坚固，按照每个人口腔的条件选用适合的硬、中、软毛的牙刷。如小学生最好选择小型的适合小学生用的牙刷，成年人可选择较坚固结实的牙刷，对于儿童和老年人或是患有牙周病的人则应选用刷毛细软有弹性牙刷。目前市场出售的有尼龙丝牙刷和鬃毛牙刷。最近又研制成一种聚对苯二甲酸丁二酯丝牙刷。它们特点是毛丝均匀，柔软，回弹性好，当有卷毛（倒毛）出现时，可用热水加温后用手捏捏刷毛即可恢复正常形状，使用时不损伤牙齿及软组织（牙龈）。

3. 毛刷部位以小些为好，刷牙时便于达到牙齿的各个部位。

4. 当牙刷的毛变软、松弛、弯曲或折断时应及时更换。

下面再谈谈牙膏的选择。目前国内的牙膏种类很多，据北京市1984年统计，各大商场出售的牙膏共有120多种，其

中药物牙膏占总数的55.8%。对于这样多的牙膏怎样进行选择呢？下面介绍几种挑选牙膏的方法。

首先，也是最重要的是根据使用者的口腔情况进行挑选。一般患有牙龈炎的人最好选择含有中草药的或注明治疗牙龈炎的牙膏比较合适。对于儿童和中、小学生，由于新萌出的乳、恒牙的沟窝较深，龋齿发病率较高，平时又多有吃甜食的习惯，所以建议选用含有氟化物的牙膏。对于40~50岁的人来说，由于牙齿磨损的时间较长，珐琅质变薄，当遇冷、热或吃酸、甜食物时，牙齿会产生疼痛，医学上叫“过敏”。这种人应该选用防酸牙膏或脱敏牙膏。另外，不要总使用一个牌子的牙膏，应该是药物牙膏之间或是与不含药物的牙膏交替使用，长期使用一种牙膏，不利于预防口腔疾病。

最后我们建议您在选择牙膏时最好不要选择最低档便宜的牙膏，这种低档牙膏的磨擦剂很粗，极易损伤牙齿。相反有些牙膏虽然贵些，但它的磨擦剂很细，对您保护牙齿是大有好处的。

氟化物能致癌吗？

“氟”是人体营养所需要的微量元素，也是正常机体组成成分不可缺少的无机盐类之一，特别是在骨和牙组织中，氟化物的含量一般都比其他组织高些。人类生长在自然环境中，由于各地饮水或食品中氟化物的含量有高有低，因此牙组织内的氟化物含量也有差异。这种差异，常与龋病的发生有密切的关系。此外大量资料已证明，饮水中氟含量一般在0.5~1ppm（毫克/升）时为最适宜，在0.6~0.8ppm时

有利于牙组织的钙化、代谢，并能有效地防止龋病的发生。有人认为氟可以引起癌症，这种说法是不科学的。美国国家肿瘤机构对此进行了研究（其中包括氟化前和氟化后的发病速度），其结果相反，在低氟区癌死亡率反而较高。

1972~1977年国际癌肿研究中心以大量数据评述了300多种对人类致癌的工业毒物，分为十类，其中没有氟化物。在美国、新西兰和荷兰的一些氟化区和非氟化区也进行了甲状腺癌、肾癌、膀胱癌等发病率的研究。在这些地区没有迹象表明氟化区的癌症发病率比低氟区高。有的还出现相反的情况。另外Taglor等指出，在动物体内注射氟化物或口服水达1毫克/公升氟的含量，结果证实，氟并不刺激Walker鼠肉瘤的生长。同时鼠和荷兰猪移植的肉瘤可以由于氟化钠的注射而受到限制。我国国家癌症研究所也声明“应用于预防口腔龋齿为目的氟化水，不会导致肿瘤的发生”。这个声明也是基于大量研究的结果。

除刷牙外还有什么方法能清洁牙齿？

保持口腔卫生的目的，是要消除牙菌斑、软垢、牙石、食物残屑和牙面上的色素。刷牙就是保持口腔卫生最常用和必须清洁牙齿的方法，那么除了刷牙以外还有什么方法能保持口腔卫生呢？下面介绍几种简便易行的洁牙方法。

一种方法是漱口。漱口能除去牙齿间食物残屑和部分软垢，能暂时减少口腔微生物的数量。漱口虽然很简单，除小几外一般人都能掌握，但这里面还有点学问，就是漱口的水量、含漱的力量和漱动的次数都会影响到漱口的效果。一般的说，一次含水量不宜太多或太少，漱口时唇、颊部肌肉及

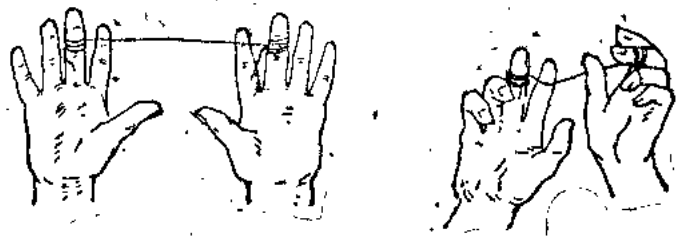
舌都应该运动，让水充分的通过每个牙间隙。漱口液可以是清水、茶水，也可加入少量食盐，近年来利用某些药物制成含漱剂，如含氟的防龋含漱剂，含洗必太的化学杀菌含漱剂等，更能增加清洁口腔和防龋的效果。

第二种方法是用牙签清洁牙齿，使用牙签也很简单，但它也有点讲究。一般来说，牙签最适用于牙龈乳头（牙床子）萎缩和牙间隙较大的人，对于新萌出的牙和牙间隙较小的人就不适合。使用时一定要注意牙签与牙齿成 45° 角进入，切不可垂直插入或用力压入牙间乳头内，否则会造成或加大牙齿间的空隙。

另外的一个清洁牙齿方法是用牙线。很多人的龋牙和牙龈炎最初发生在牙齿的邻接面或龈乳头，主要是由于刷牙时牙刷刷不到或是牙间隙小，牙签进不去，使邻接面的细菌、污垢长期泛滥而造成的恶果。牙线一般是用尼龙丝、丝线或涤纶线制成。牙线的粗细可根据使用者牙接触点的大小来选择。

牙线的使用方法：

1. 拉下一段约一尺四寸长的牙线，将两端绕在二个中指上。



2. 清洁右上后牙时，用右手拇指及左手食指将牙线通过接触点，拇指在牙的颊侧协助将面颊牵开。

3. 清洁左上后牙时转为左手拇指及右手食指执线，方法同上。

4. 清洁所有的下牙时，可用两手食指执线，将线压入牙接触点之下，并用两食指引导牙线。

使用牙线时应注意两手控制牙线的距离，一般不要超过一寸。当两牙之间较紧有通不过的感觉时，可做前后拉锯式动作，通过接触点后再轻轻达到接触点以下牙面，上下刮4~6次，直至牙面清洁而听到“咯吱”的声音，然后在另一侧的牙面重复做。

牙菌斑显示剂有何用途？

在谈这个问题之前，首先了解一下什么是菌斑。

牙菌斑是一种稠密、不定形、非钙化的团块，此团块由细菌丛及细菌间的胶状基质所构成。牙菌斑最易在颌面沟裂、牙面、牙颈部等不易自洁的区域内形成。在粗糙的牙面上，人造冠和充填体突出边缘的下方易形成硬块。由于舌的活动，腭侧牙面上附着力很强，所以用一般含漱或冲洗的清洁方法是除不掉的。即便是用人工的方法去除的，在1~6小时内又可以重新形成新的牙菌斑。

牙菌斑与龋病、牙周疾病关系非常密切。据研究证明，凡口腔中牙菌斑多者，患龋率及牙周疾病发病率也较高。经电镜观察发现，在牙菌斑下方的釉质表面有许多由细菌产酸引起脱钙而形成的凹痕，龋病也都是从牙菌斑下方开始发展。虽然有人认为某些细菌可以直接附着在牙面上，但在大多数

情况下，细菌只有在形成了牙菌斑之后才能起到致龋作用。由此可见，若能控制或去除牙菌斑，即可在某种程度上控制龋病及牙周疾病的发生。

那么怎样才能彻底清除和控制菌斑的形成呢？最重要的就是用牙刷和清洁剂刷牙，每日早、晚各一次。但是每次刷牙并不一定都能将每个部位牙菌斑刷干净。为此菌斑显示剂就起到了重要的作用。显示剂有品红，四碘荧光素等多种染料，有片剂、水剂和膏体的形状。在刷牙前将显示剂涂在牙面上，显示剂的颜色可浸入菌斑，刷牙后牙面上的显示颜色消失，说明牙菌斑已经除净。如果牙面上仍有显示剂的着色，说明牙齿没有刷干净，显示剂起到了协助诊断菌斑是否存在和检查牙齿是否刷干净的作用。

刷牙方法不正确有什么危害？

刷牙是保持口腔卫生措施中最有效的方法。但是，如果采用的方法不正确，如采用横刷法或使用尼龙硬毛大头牙刷刷牙，那么刷的时间越长，用的力量越大，对牙齿和牙龈的磨损创伤就越严重。这样不仅达不到刷牙的目的，而且最终将会造成牙病，如常见的牙颈部缺损和牙龈萎缩。

牙颈部缺损好发于牙齿的唇面和颊面牙颈部的釉牙骨质交界处。由于此处的组织结构比较薄弱，所以长期机械刺激很容易被磨损。在初期，牙颈部的牙齿硬组织有少量缺损，逐渐加重后，便在牙颈部形成楔状缺损。轻度缺损可没有任何感觉，也不易被人们发现，缺损严重时牙齿就会对冷、热、酸、甜刺激产生疼痛，甚至不敢吸气。有的还可引起牙髓发炎，更严重者可使牙齿从牙颈部的地方横向折断，以致

丧失咀嚼功能。

牙龈萎缩指的是机械性的萎缩，多数是由于不正确的刷牙方法，特别是硬毛牙刷和横刷法造成的，使牙龈和牙槽骨同时萎缩。临床所见牙冠部分明显增长，牙根暴露，牙间隙加大，嵌塞食物。所以，不正确的刷牙方法是造成牙病和丧失牙齿功能的重要原因。

刷牙有三个重要环节，即刷牙的时间，刷牙方法，牙刷的好坏及牙膏的质量。如果这三个环节掌握好，刷牙就会给人们带来益处。

为什么有时牙齿遇冷、热、甜、酸有疼痛感觉，如何治疗？

牙齿遇冷、热、酸、甜饮食或咬硬物、刷牙时有酸疼感觉，医学上叫“牙本质过敏”。顾名思义，就是牙本质受到上述外界刺激引起的过敏反应。

构成牙齿的主体是牙本质。牙冠的牙本质外覆盖着一层牙釉质。因釉质无神经纤维，所以受外界刺激无酸疼感觉。当牙冠表面的釉质断裂、磨损、酸蚀，牙颈部硬组织缺损（楔状缺损），牙龈萎缩，使牙本质（牙本质有神经纤维和造牙本质细胞胞突）暴露时，受到外界刺激则可引起酸疼感觉。刺激除去后，酸疼感觉立即消失。这些情况用探针或其它尖锐器械在牙齿上探查能找到过敏点，如龋齿已破坏到本质层的，遇冷、热、酸、甜也有酸疼。在牙齿上可探到明显的龋洞。

引起牙本质暴露的原因不同而过敏的部位也不同。如第一、二恒磨牙因长期磨损，使牙本质暴露，常引起颌面牙本质过敏。因刷牙方法不正确（横刷）或酸的作用等原因，单尖牙

和双尖牙牙颈部形成横沟，医学上叫“楔状缺损”。沟越深，对外界刺激越敏感。

1. 自疗方法

(1) 日用75%氟化钠甘油糊剂棉球反复涂擦敏感处1~2分钟。

(2) 自用含氟（如氟化钠等）牙膏刷牙或用棉棒涂擦过敏处。此法适用于釉面及牙颈部过敏。

(3) 咀嚼茶叶和核桃仁，对釉面牙本质过敏有一定效果。

(4) 用生大蒜在过敏区磨擦2~3分钟，也有一定脱敏作用。此法适用于釉面及牙颈部牙本质过敏。

2. 门诊治疗方法（多用腐蚀性较强的药物或技术操作）

(1) 氨硝酸盐法或浓碘酚熨热脱敏法效果较好。

(2) 牙颈部楔状缺损未露牙髓者，可用银汞合金或复合树脂酯充填。

患龋齿的牙，疼几天后不疼了，能算病好了吗？

患龋齿（俗称“虫牙”）的人很多，根据流行病学调查，7岁儿童乳牙患龋率高达90%左右，成年人恒牙患龋率更高，因此它对人体健康影响较大。

龋齿的形成大多数由表向里逐渐发展。釉质龋时无疼痛感觉；破坏到牙本质浅层时，对冷、热刺激较敏感；龋齿到牙本质深层时，疼痛更明显；当龋洞继续发展接近牙髓腔引起牙髓炎时，则发生阵发性的剧烈疼痛。这种情况疼痛几天后由于牙髓中的血管液化、化脓，神经纤维坏死而使疼痛消失。虽然牙不疼了，并不是龋病停止了发展，而是继续发展

成为残冠或残根。也有的通过根管使根尖部组织化脓，穿通牙槽骨而在根部外面牙龈形成瘻管，经常流脓，甚至引起颌面部肿胀、化脓。所以，龋齿引起的自发疼停止了，并不是牙病好了，如不及时治疗，可引起更严重的后果。治疗最好在釉质龋阶段进行早期充填（补牙），此时治疗简单，不受痛苦。如有明显龋洞，遇冷、热刺激有疼痛感觉时，这时治疗也不算晚。若已有自发疼痛再进行治疗，则手术较复杂并要多次复诊才能治好。牙齿大部分破坏者，已无法治疗，只有将其拔除。

治疗后的死髓恒牙为什么容易劈裂？

由于牙齿釉质中没有细胞和营养道，釉质对外界刺激无反应，过去认为已钙化完成的釉质中矿物盐不再变化，因此被认为釉质是无代谢的，但近几十年来经研究证明，釉质是有代谢的活组织。通过同位素试验证明，钙（ Ca^{45} ）、磷（ P^{32} ）、硫（ S^{35} ）等成分能由牙髓经牙本质小管（即由内部）进入釉质，由唾液（即由外部）进入釉质，并且缓慢地移去。就是这种缓慢的代谢，维持着釉质的活力。有活力的牙齿有一定的韧性，不容易折裂；而经治疗后的死髓恒牙，韧性降低，脆性增强，尤其是银汞充填的死髓牙，咬硬物时容易劈裂。

为了防止牙冠劈裂，经牙髓治疗的破坏大的死髓牙应做金属套冠。

龋齿如何治疗和预防？

龋齿的发病原因目前虽尚未完全明确，但初步已知龋齿

的发生与以下四个因素有关。

1. 细菌的作用：主要是变形链球菌。
2. 牙齿的条件：有明显解剖缺陷的（较深的窝沟）和牙列不齐者，其牙齿适于细菌的繁殖。
3. 食物残渣的存在：主要是容易粘附在牙面、间隙的粘性食物。
4. 时间：以上情况时间愈长患龋的机会愈多。

四个因素同时存在，才有可能患龋齿。

龋齿的发展一般情况是：釉质龋（无感觉）→牙本质浅龋（遇外界刺激有疼痛感觉）→牙本质深层龋（遇冷、热疼痛明显）→牙髓炎（有阵发性疼痛）→牙髓坏死（疼痛消失）→牙冠大部破坏→形成残根。

龋齿的不同发展阶段，治疗方法也不同。如釉质龋和牙本质浅龋，应早期发现、早期治疗，患者可少受痛苦。若牙本质深龋，治疗方法较复杂，如处理不当能引起牙髓炎，特别是乳磨牙和年青恒磨牙，髓腔大，髓角高，在除去软化牙本质过程中，容易露髓。已露髓者或牙髓炎在局部化脓以前应作死髓切断术，牙髓全部化脓或坏死者应做复杂的根管治疗。

龋齿的防治应以预防为主，预防龋齿又是以保持口腔卫生为主。预防方法有以下几种：

1. 注意口腔卫生，每天早、晚刷牙，饭后漱口。睡前刷牙尤为重要，睡前刷牙后不要再吃东西。同时还要掌握正确的刷牙方法。即从牙龈部向牙冠方向刷的竖刷法。
2. 做到早期发现龋齿，早期治疗。
3. 用氟化物防龋，主要是提高牙齿的抗酸力，使牙齿不