

绝对*宝宝牙齿强健



儿童牙科名医的
绝妙保健术

台湾长庚儿童医院儿童牙科主任
蔡荫玲 医师

台湾全方位牙医诊所院长
曾明贵 医师◎合著



特别推荐

台大医院小儿科教授/李庆云

台湾长庚儿童医院院长/林奏延

江西美术出版社

绝对*宝宝牙齿强健



儿童牙科名医的
绝妙保健术

台湾长庚儿童医院儿童牙科主任

蔡荫玲 医师

台湾全方位牙医诊所院长

曾明贵 医师◎合著



特别推荐

台大医院小儿科教授/李庆云

台湾长庚儿童医院院长/林奏延

江西美术出版社

图书在版编目(CIP)数据

绝对强健宝宝牙齿 / 蔡荫玲, 曾明贵著. —南昌: 江西美术出版社,
2007. 12

(绝对强健宝宝系列)

ISBN 978-7-80749-299-3

I. 绝… II. ①蔡… ②曾… III. 小儿疾病: 牙疾病—防治 IV. R788

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 167715 号

著作权合同登记号 图字: 17-2007-059

本书由江西美术出版社出版。未经出版者书面许可, 不得以任何方式抄袭、复制或节录本书的任何部分。

中文简体字版©2007 年由江西美术出版社出版发行

本书经由台视文化事业股份有限公司独家授权出版, 非经书面同意, 不得以任何形式再利用。

绝对强健宝宝牙齿

作 者: 蔡荫玲 曾明贵

特约编辑: 赵世蕾

责任编辑: 刘 芳 陈 军

美术编辑: 石永歌

策 划: 雅歌文化

出版发行: 江西美术出版社

(南昌市子安路 66 号)

[http: //www.jxfinearts.com](http://www.jxfinearts.com)

投稿邮箱: yagewh@163.com

发行专线: 027-87326881

印 刷: 深圳市鹰达印刷包装有限公司

版 次: 2007 年 12 月第 1 版第 1 次印刷

开 本: 787×1092 1/16

印 张: 63

定 价: 100.00 元 (全五册)

书 号: ISBN 978-7-80749-299-3

版权所有·侵权必究

本书法律顾问: 江西中戈律师事务所

推荐序

地道的育儿小宝典

医学日益进步，小儿科领域也渐有次专科之分。平日皆各有专司，很难得这一次这么多的次专科医师共襄盛举，完成了这一套“绝对健康宝宝”丛书。这套书的精义是尽量深入浅出，让初为人父、人母的家长们能更普遍地了解每一种疾病的由来、预兆、病征及处置。这套书的出版是我们小儿科界的一项盛事，也是家有幼儿的家长们的福音。

大家都知道当小儿科医师是很辛苦繁忙的，因此他们牺牲短暂的休息时间，把日常行医的临床经验、认为必须告诉病儿家长的知识、注意事项、照顾要领等事情，一点一滴地累积起来，从医师的角度仔细而有系统地论述。这种精神颇令我感动，也值得家长们珍惜与善用。

在现代的医患关系中，医师给病人家属的时间十分短暂，常常无法坐下来逐一说明疾病的来龙去脉。其实这不仅是患者的埋怨，也是医者的遗憾。然而，病人是疾病唯一的主角，爸爸妈妈看到自己的心肝宝贝遭受病痛的煎熬，莫不心忧神焚，极想探知究竟。

这套小儿生理保健丛书的问世，正好切中需要，一解家长心中疑虑，抚慰着急的心灵，最重要的是提供正确而有效的因应之道，并使医患关系更为良好。所以我乐意推荐这套实用好书。

台大医院小儿科教授 李庆云

推荐序

以牙齿打好健康地基

根据卫生部门的统计,台湾地区 12 岁以下的儿童,平均每人有 3.3 颗蛀牙,龋齿盛行率为 66%,是亚太地区第二高的地区,仅次于菲律宾,与美、日、韩等国相较高出甚多。

而 15 ~ 18 岁的青少年人口中,亦有高达 80% 的龋齿率。世界卫生组织的目标为 12 岁以下幼童龋齿少于两颗,显而易见,我们的口腔保健工作仍有相当大的改进空间,且应从小就向下扎根。

从乳牙换成恒牙后,牙齿便跟着人们一辈子,担负着咀嚼、发声、美观与刺激腭骨生长发育等多种功能,人体的营养摄取,也需通过它的帮助才能完成。然而,迄今仍有很多人不了解牙齿及口腔的组织构造和护理方式,甚至认为乳牙将来反正都要换掉,因而就算蛀蚀了也没有关系,这真是阻碍健康的最大障碍。

蔡荫玲医师为本院儿童牙科部主任,长期关注儿童牙医学的临床研究,而曾明贵医师亦为本院早期的齿腭矫正专科医师。两人的联合著述,不但将儿童的牙齿构造与发育、牙齿矫正、看牙须知、牙科疾病与治疗做了详尽的解析,且对于父母及儿童本身该如何注意牙齿的健康与日常保健议题,均有深入的介绍,可以说是一本为儿童奠定良好口腔健康基础的宝典。

“预防胜于治疗”是各种医疗健康维护的重要观念与目标，希望本书的出版，能早日建立全民正确的牙齿保健意识，进而达到世界卫生组织的目标。谨向大家推荐这本值得阅读与珍藏的好书——《绝对强健宝宝牙齿》。

台湾台大医院小儿科教授

邱春旭

作者序

一口好牙，终身受用

距离第一次出版《怎样照顾宝宝牙齿》一书，转眼也过了好多年了。这期间台湾社会一直有明显的变迁，使民众的生活也受到若干影响，例如信息的发达、网络的普及，当然也包括了医学的日益进步、医疗资源的普遍使用等等。

医疗资源的改善使民众对自身的健康更增关切，尤其是预防的层面。众多养生产品的开发与推广，以及媒体不断宣扬的如何促进健康、抗疾病、抗衰老等等，总而言之，这些全都反映出人们对健康信息更殷切的需求。然而，健康是多方面的综合，口腔牙齿的健康在目前看来，可能是广泛的健康项目中受重视程度敬陪末座者。

许多民众对口腔卫生应具备的常识仍然缺乏，这可从平日看诊中笔者与病患的对话中发现。许多父母对如何照顾小孩的牙齿，仍有许多“迷思”与“误解”。

父母无疑是疼爱孩子的，只是常常因为缺乏保健常识而贻害或耽误了孩子的口腔健康。常见的例子是：孩子满口蛀牙，家长都认为乳牙不重要——反正要换牙，所以有一堆蛀牙也不理它，等到孩子牙痛或脸肿了才后悔莫及，实在是令人非常遗憾。

因此，希望通过本书，促使为人父母者，或家中的祖父母，以及常常接触幼儿的幼儿园老师、保姆，均能对婴幼儿的口腔保健有更正

确的认识及明确的观念。本书以出生至六岁儿童的口腔健康为主轴，以常见的问题、答案分枝散叶，架构“乳齿齿列”保健的面面观。“成人牙”，亦即“恒齿”的问题，将不予讨论。

以一个儿童牙科专科医师的身份来写这方面的信息，自有许多优势，因为平日接触形形色色的儿童病患，工作上必须回答父母提出的各式疑问，而将这些“疑难杂症”，外加民众常见的疑惑，一一编写入书，自是盼望以深入浅出的方式来帮助父母建立正确的口腔保健观念，终极目标无非是希望我们未来的主人翁能有一口好牙。每个父母都希望自己的孩子不输在起跑点上，因此，能有一口好看、好用的牙齿，必须从小扎根。一口好牙，终身受用！

蔡荫玲 医师

作者序

整修“第一关”，童年大事

作为现代父母，是愈来愈不容易了，为了让自己的孩子不输在起跑线上，几乎是从他们呱呱坠地起，便全力以赴地想尽办法充实孩子的各项“软硬件”。尤其是进入小学之后，钢琴、舞蹈、心算、作文等各种才艺训练，将其每天的空余时间塞得满满的。同时为了使孩子能胜任人生这场艰巨而漫长的征战，父母们以各式各样的营养品，加上游泳、空手道等运动训练来强化孩子的体能。在这一连串的强化过程中，最令父母忧心的应是视力与牙齿了。

人类的口腔号称“天下第一关”，它兼具摄食与美观两大功能。牙齿是口腔内最明显的器官，除了被要求健康、强固之外，它的整齐排列更是灿烂迷人与充满自信的笑容中不可或缺的重要一环。在人与人接触愈发频繁的今天，人们对于美的要求比过去任何时代都显得更为殷切；儿童是未来新世纪的主角，我们不难想象，届时美的标准将会更加提高。

现今父母大多未曾有过矫正治疗的经验，根据笔者与家长们多年的接触，可以感觉到家长对矫正治疗的整个情况大多是不甚了解。父母们经常提出许多问题，有些是比较特殊或属于个人的，有的则是共通性的，矫正医师们常必须花相当多的时间来解释各项疑点，有时临床工作忙起来，难免有疏漏的地方，或者解释过了，下回却又被问起，



多半是因为隔了一段时间，父母就忘了些重点。因此，笔者很高兴有这个机会，利用本书来作儿童齿腭矫正的文字回答，并使之成为医师与家长之间一座良好的沟通桥梁。

感谢台视文化公司于相隔 10 年之后又决定出版一本儿童牙齿保健的新书——《绝对强健宝宝牙齿》。在这不算短的岁月里，笔者个人在一些治疗观念上，已做了重大的转变，若无此新书编写的机会，这些转变就很难诉诸文字了，真是值得庆幸！

曾明贵 医师





目 录

推荐序

地道的育儿小宝典 李庆云/1

推荐序

以牙齿打好健康地基 林奏延/2

作者序

一口好牙，终身受用 蔡荫玲/4

作者序

整修“第一关”，童年大事 曾明贵/6

Part
1

小宝贝的乳牙——观念认识篇

1. 牙齿的构造 2
2. 牙齿的生长 6
3. 乳牙的重要性 9
4. 氟是牙齿的维生素 12
5. 在周岁前开始定期牙科检查 16
6. 带孩子看牙前的“热身运动” 21
7. 残障儿更需要保健口腔 23
8. 以爱心、耐心看待齿颌矫正 25

Part
2

宝宝一辈子的门面——牙齿照顾问题篇

◆ 日常保健

1. 什么是牙菌斑？对牙齿会造成什么影响 30
2. 宝宝的牙齿与口腔该如何清洁 33



- 3. 如何替宝宝刷牙? 怎样使孩子更爱刷牙 34
- 4. 要教宝宝使用牙签或牙线吗 36
- 5. 如何让宝宝戒除奶嘴 37
- 6. 孩子喜欢吸手指头怎么办? 什么原因促使他们喜欢吸手指头?
与心理有关吗 39
- 7. 如何让宝宝拥有一口好看又好用的牙齿 41
- 8. 牙齿的健康与遗传有关吗 43
- 9. 怀孕期有益宝宝牙齿发育的食物有哪些 45
- 10. 该给宝宝补充何种食物以促进牙齿健康 46

◆ 长牙换牙

- 11. 为什么有的宝宝一出生就有牙齿了 47
- 12. 宝宝长牙时会生病吗 49
- 13. 为何宝宝刚长出来的牙齿缘不平整, 像波浪一样 50
- 14. 为何宝宝刚长出来的牙齿像连体婴一样连在一起 51
- 15. 宝宝几岁才会换牙 52
- 16. 为什么宝宝的乳牙迟迟不换呢 55
- 17. 儿童换牙期有哪些该注意的事项 57
- 18. 为何孩子新长的恒齿比原来的乳牙黄 58
- 19. 何谓“六岁齿”? 有何重要性 59
- 20. 孩子的乳牙长得太密会导致恒牙长歪吗 63
- 21. 孩子切牙区的成长空间不足, 该怎么办 65



◆ 治疗矫正

- 22. 为何孩子牙痛时也会头痛 68
- 23. 乳牙蛀牙可以不管吗 69
- 24. 乳牙可以不补吗 71
- 25. 孩子龋齿相当严重却不配合治疗怎么办 74
- 26. 为何检查牙齿时要照 X 光 76
- 27. 牙齿打麻药会不会对大脑造成伤害 78
- 28. 牙齿治疗也要“穿雨衣”吗 80
- 29. 何谓“空间维持器”？有何效用 82
- 30. 什么时候带孩子做矫正比较适当？要先做哪些检查 84
- 31. 矫正牙齿痛不痛 87
- 32. 牙齿矫正为何需要拔牙 88
- 33. 矫正器真的能让牙齿变漂亮吗？矫正线会生锈吗 90
- 34. 什么是“口外矫正装置”？效果如何 92
- 35. 牙齿矫正应该相隔多久复诊一次 95
- 36. 在日常生活中该如何配合矫正治疗 97
- 37. 矫正治疗有没有副作用 100
- 38. 矫正治疗到底需要多久的时间 103

Part 3

小宝贝的烦恼——症状解难篇

- 1. 龋齿 106

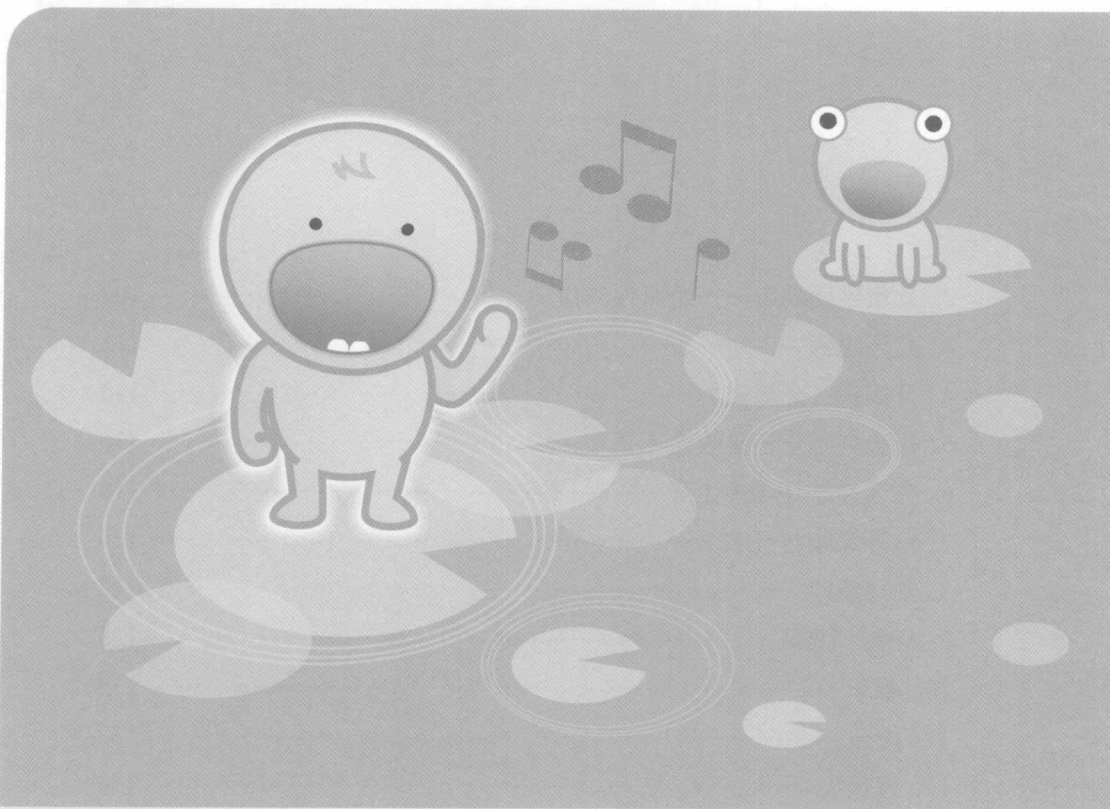


2. 儿童早期龋齿——奶瓶性龋齿	109
3. 乳牙脱钙	113
4. 牙周病（牙龈炎）	114
5. 是齿列不正还是咬合不正	116
6. 先天性缺牙与多生牙	118
7. 前牙深咬与开咬	120
8. 前牙反咬	122
9. 牙齿“漏风”	128
10. 暴牙	130
11. 虎牙	132
12. 埋伏齿	134

Part
4

牙齿有意外状况——紧急处理篇

1. 牙齿或口腔有了意外伤害时，该怎么办	138
2. 孩子拔牙时应注意哪些事项	140
3. 宝宝刷牙时误吞牙膏（或漱口水）怎么办？有何影响	142
4. 孩子一紧张就咬指甲或嘴唇，怎么办	143
5. 宝宝看牙时拒不合作、哭闹不休，怎么办	144



音乐与语言 (1)

- 001 音乐与语言的关系
- 002 音乐与语言的发展
- 003 音乐与语言的交流
- 004 音乐与语言的表达
- 005 音乐与语言的创造
- 006 音乐与语言的欣赏
- 007 音乐与语言的传播
- 008 音乐与语言的传承
- 009 音乐与语言的创新
- 010 音乐与语言的融合

part 1

小宝贝的乳牙——观念认识篇

- 1. 牙齿的构造
- 2. 牙齿的生长
- 3. 乳牙的重要性
- 4. 氟是牙齿的维生素
- 5. 在周岁前开始定期牙科检查
- 6. 带孩子看牙前的“热身运动”
- 7. 残障儿更需要保健口腔
- 8. 以爱心、耐心看待齿腭矫正



1 牙齿的构造

许多父母经常询问牙医师有关儿童牙齿保健的问题，显示大家逐渐意识到牙齿健康的重要，但在言谈中，牙医师也感受到一般父母或民众对牙齿所知不多。其实，就像保养汽车，起码得先了解汽车的各部分结构才能着手，牙齿保健亦然，必须先认识牙齿的外观与基本的构造。



牙齿功能与数目

人类牙齿大致可分成三种：前面宽扁的切牙，再向里面的是有一点尖尖的尖牙，及后牙区的磨牙。以恒齿（即大人牙）而言，又分成磨牙及前磨牙（磨牙也称为臼齿）。乳齿系列，除了切牙、尖牙之外，则只有两颗乳磨牙，分别称为第一乳磨牙与第二乳磨牙。

由于与其他动物饮食的不同，人类牙齿的功能、数量亦有差异。前面的切牙通常用来切断食物，因此而得名；磨牙是用以研磨食物；而尖牙及前磨牙则作为撕裂食物之用。

在恒牙系统方面，以单侧、单腭来看，切牙有 2 颗，即中切牙及侧切牙，尖牙有 1 颗，前磨牙有 2 颗，磨牙若包括智齿〔即第三磨牙（智齿）〕则有 3 颗，由于上、下齿列和左右都对称，因此恒齿共有 32 颗（包括智齿在内）。而乳牙系列，没有前磨牙，只有两颗乳齿的磨牙，其他切牙（2 颗）、尖牙（1 颗）与恒齿系列一样，所以上下左右加起来共有 20 颗。

