

CCTV 中央电视台

健康之路[®]

名家会诊

口腔健康



阳翔英 岳林 卞金有 王文辉 刘萍 黄洁 主讲

经典节目
健康行动

现代出版社

随书赠送2张VCD

R78
0588

TV中央电视



郑州大学 *04010166891-*

健康之路^⑬

95

名家会诊

口腔健康

欧阳翔英 岳林 卞金有 王文辉 刘萍 黄洁 主讲



现代出版社



图书在版编目 (CIP) 数据

名家会诊口腔健康/欧阳翔英等主讲. —北京:现代出版社,
2005

(CCTV 健康之路)

ISBN 7 - 80188 - 241 - 5

I. 名… II. 口… III. 口腔病 — 防治 IV.R78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 134026 号

主 讲: 欧阳翔英 岳林 卞金有 王文辉 刘萍 黄洁

总 策 划: 吴江江

资料整理: 柴 萌

责任编辑: 柴 萌

出版发行: 现代出版社

地 址: 北京市安定门外安华里 504 号

邮政编码: 100011

电 话: 010-64267325 010-64240483 (兼传真)

电子信箱: xiandai@cnpite.com.cn

印 刷: 北京新华印刷厂

开 本: 880 × 1230 1/32

印 张: 8.75

版 次: 2005 年 1 月第 1 版 2005 年 1 月第 1 次印刷

印 数: 00001 ~ 10000 册

书 号: ISBN 7 - 80188 - 241 - 5

定 价: 24.00 元

版权所有, 翻印必究; 未经许可, 不得转载

《健康之路》丛书编委会

主 任: 尹 力 熊文平
副 主 任: 魏淑青 段忠应 金 岩
编 委: 吕 芸 侯 昊 解凡琪
刘 萍 王志强 渠晓曦
总 策 划: 解凡琪 刘 萍
主 编: 王志强 渠晓曦
编 辑: 姚 屹 胡晓梅 瞿 莹 王淑阿
严 玫 郑冰洁 袁满嘉

《健康之路》丛书光盘制作

出 品 人: 金 岩
制 片 人: 段忠应
出版策划: 解凡琪 刘 萍
责任编辑: 渠晓曦

《健康之路》栏目主创人员

制 片 人: 段忠应
主 编: 吕 芸
编 导: 王洪有 修月川 李 颖 李 寒 晓 荣
田丰歌 陈 波 纪 萌 李晔丽
主 持 人: 经 蓓 冉宗瑜 张 毅 钱 婧
摄 像: 盛宝强 戴尚亚 陈志博
编辑助理: 王 群
制 片: 李 柠 毛元朋
制片主任: 曹广来

《健康之路》节目播出时间

直 播 版 (二套) 首播 周一至周五 10:00
重播 周一至周五 6:00
周 末 版 (一套) 周三 15:23



目 录

关心口腔健康	5
专家忠告：(1) 怎样的口腔才算健康	10
(2) 建立良好的口腔卫生习惯	19
(3) 保护婴幼儿的口腔健康	25
(4) 预防牙齿排列不齐	28
(5) 留意乳牙恒牙的替换	33
(6) 警惕“蛀牙”	39
(7) 预防儿童龋病	49
(8) 重视孕妇的口腔保健	54
(9) 人老就应该掉牙吗	59
(10) 口腔不良习惯的危害	71
(11) 口腔健康与营养	79
(12) 建立自己的牙齿档案	87

是是非非话洗牙	91
专家忠告：(1) 牙颌畸形应当矫治	96
(2) 几种常见的牙颌畸形	101
(3) 牙齿排列不整齐怎么办	108
(4) 牙齿矫正	117
(5) 牙齿矫正的副作用	122
(6) 牙周病能进行正畸治疗吗	131
(7) 及时修复缺牙	134
(8) 人造冠	142
(9) 固定义齿	145
(10) 可摘局部义齿	148
(11) 镶一口令人满意的义齿	155
(12) 你知道铸造牙、烤瓷牙吗	165
(13) 种植牙——口腔修复的高新技术	171
(14) 口腔异味	178





老年人口腔健康	183
专家忠告：(1) 牙髓炎	187
(2) 牙齿为什么会松动	195
(3) 青少年会得牙周炎吗	200
(4) 牙病的晚期——根尖周炎	207
(5) 智齿冠周炎	211
(6) 非龋性牙体病	216
(7) 牙齿没有洞为什么也会痛	220
(8) 拔牙要慎重	226
(9) 恼人的口疮	236
(10) 几种斑纹类口腔黏膜病	241
(11) 婴幼儿易患的口腔疾病	246
(12) 下颌关节紊乱综合征	252
(13) 舌系带过短症	254
(14) 先天性唇腭裂	259
(15) 口腔癌	268



健康

路

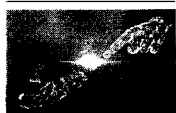
关心口腔健康

中央电视台
健康之路

主讲人

欧阳翔英：医学博士，北京大学口腔医学院牙周科教授，主任医师，中华医学会牙周病学专业委员会委员兼秘书长。二十多年来一直从事牙周病学的医疗、教学和科研工作，擅长于牙周病的再生治疗，牙周美容手术治疗，在疑难牙周病方面有着丰富的临床诊治经验。

岳 林：教授。医学博士，北京大学口腔医学院牙体牙髓科主任医师，硕士研究生导师，长年从事牙体牙髓病学专业的医疗教学和研究工作，具有较丰富的临床医疗和教学经验，对龋病和牙髓病有较深入的研究，发表论文 30 余篇，参编著作 10 部。





主持人:观众朋友大家好,这里是健康之路直播现场,欢迎您收看我们的节目并关注今天的健康咨询。首先让我们一起来看一条我们的记者在9月20日爱牙日那天在现场发回的报道。

有效刷牙,预防牙周疾病

记者 修月川

为了延续及深化爱牙日的主题宣传,促进人们更好的保护牙齿,保持口腔健康,让牙齿保健意识深入人心,在第十五个爱牙日来临之时,中央电视台健康之路栏目、中华医学会健康世界杂志联合举办了2003年全国爱牙日大型系列活动,历时一个月。活动多次组织口腔健康专家为大众进行口腔健康方面的咨询,发放了有关口腔保健的科普资料数万份。在广大市民中广泛传播口腔健康知识,促进人们在日常生活中科学有效地保护牙齿,同时回收调查问卷近万份,为今后开展更多、更有针对性的口腔健康科普活动提供了依据。

主持人：观众朋友们，下面进入今天的健康访谈，这次爱牙日的主题是“有效刷牙，预防牙周疾病”。在今天的节目当中，我们要和大家一起关注我们的口腔健康。为了让爱牙科普知识宣传得更加深入人心，我们中央电视台健康之路栏目组和中华医学会健康世界杂志联合发起举办了历时一个多月的大型科普宣传系列活动。在这次活动当中，广大的市民朋友踊跃地参加活动，表现得非常热情、非常积极。为了达到更好的宣传目的，也为了更多的观众朋友在我们这次活动中受益，今天的节目中，我们将采取场内场外双效互动的方式，向大家进一步宣传爱牙、护牙方面的知识。我们将把在爱牙日现场碰到的一些问题，放到我们今天的节目中来，请口腔专家进行解答。我们的节目将分成三个版块，向您介绍爱牙护牙方面的知识，分别是医牙、护牙、美牙。我们先来认识一下两位口腔方面的专家，他们都是来自北京大学口腔医学院，一位是牙周科的欧阳翔英教授，一位是牙体牙髓科的岳林教授，欢迎两位。





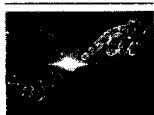
主持人: 欧阳翔英教授,我想了解一下,国际上在爱牙、护牙方面的健康理念都有哪些?你向大家介绍一下好吗?

欧阳翔英: 好的。关于口腔健康,国际上提出几组数字说明,实际上是两个目标。一个是 8020,另一个是 997722。8020 是什么意思呢?就是人到 80 岁仍然保有 20 颗健康、自然的牙齿。997722 是欧美国家提出来的,指的是 99% 的人到 77 岁仍然保有 22 颗健康、自然的牙齿。

专家忠告：

怎样的口腔才算健康

自从有人类以来，口腔疾病就一直伴随至今。龋病、牙周病在古代人的头骨上都被发现过。尽管现代科学已经充分证明，口腔疾病与全身健康息息相关，但由于龋病、牙周病是一种人类的常见病、多发病，而且这些口腔疾病进展缓慢，在早期往往无症状，一般情况下对生命不构成威胁，所以容易被人们忽视。从文献记载上看，历史上一些口腔保健措施无论是我国还是外国，均局限在上流社会及有条件的小群体。人类因为愚昧与无助，一方面，为牙病之痛苦不堪言，另一方面又暗自庆幸：幸亏这不是大病！随着社会的进步与发展，为广大的普通百姓带来了新的生活理念，人们开始寻求建立在一定的物质基础上、与之配套的高质量的生活。现代医学告诉我们，牙痛就是病，口腔健康是全身健康的一个窗口，它取决于良好的口腔卫生状态和健康的生活方式。关注自身健康，就要关注我们的口腔健康。



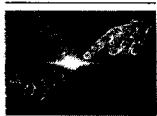


首先让我们了解一下自己的口腔。口腔是消化道的起始部,与咽相连,具有咀嚼、吞咽、消化、味觉、语言和辅助呼吸的功能,是消化系统的第一站。口腔的前壁为唇,后界为咽腭弓,两侧为颊部,上壁为腭部,下部为舌下区。当闭口咬合时,由上下颌牙列、牙龈及牙槽骨形成的牙及牙槽骨弓将口腔分为两部分:口腔前庭和固有口腔。腭构成口腔顶部,呈穹隆状,借此分隔口腔与鼻腔,参与发音、语言和吞咽等活动。腭前 $2/3$ 为硬腭,后 $1/3$ 为肌性帷幕状软腭。在胚胎发育期,腭部由前颌骨和两侧上颌骨腭突组合而成。一旦联合不良就发生各种不同类型的腭裂,造成口腔、鼻腔相通,影响正常的发音和吞咽功能。颊部黏膜平滑,有少量皱褶,黏膜上皮不断更新,其更新周期为 $5\sim 16$ 天。舌位于口腔底部,为一肌性器官,通过肌肉附着在下颌骨、舌骨和茎突上,可以灵活多方向运动,参与咀嚼、吞咽、语言和味觉功能。

牙齿是口腔重要的组成部分,由4种组织构成,即牙釉质、牙本质、牙骨质和牙髓。牙齿植立于牙槽骨内。那么牙齿又分为切牙,它位于口腔前部,左、右、上、下共8个。颈部厚而切缘薄,其主要功能为切断食

物。尖牙俗称犬齿,位于口角处,共4个。其特点是切端有一个突出的牙尖,以便穿刺和撕裂食物。双尖牙又名前磨牙,位于尖牙之后、磨牙之前,共8个。双尖牙有协助尖牙撕裂及协助磨牙捣碎食物的作用。磨牙位于双尖牙之后,共12个,结构比较复杂,便于磨细食物。人的一生共有两副牙齿,即乳牙和恒牙。牙的发育和萌出是一种复杂的生理现象,受营养、疾病、遗传和外界环境因素的影响较大。乳牙在婴儿出生后6~9个月乳牙就开始萌出,至2岁半左右陆续萌出20个牙。自6~7岁至12~13岁,乳牙逐渐脱落,而为恒牙所代替,历时10年左右。这是儿童生长发育的重要阶段。第一恒磨牙常在6岁左右萌生,故名之六龄牙。据流行病学调查,该牙的萌出时间个体差异较大,最早4岁就可萌出,平均萌出年龄为5~8岁。到15岁第二磨牙长出,口内应有28个恒牙。至于第三磨牙(又称智齿),一般在18岁以后才出现。由于牙胚的有无存在个体差异,第三磨牙不一定人人都有。所以,口腔内有28~32个恒牙均属正常范围。

那么,怎样的口腔才算健康呢?1981年世界卫生组织(WHO)指定的口腔健康标准是“牙齿清洁、无龋





洞、无疼痛感,龈颜色正常、无出血现象”。口腔健康就是整个口腔包括软组织如黏膜、肌肉等和硬组织如骨、牙等的结构与功能正常,没有疾病,口腔及其组织处于最佳功能状态。完整的口腔功能包括咀嚼、品味、吞咽、消化、语言交流、呼吸,以及表达一种令人愉悦的表情,所有这些因素实质上都有助于维护个人自尊及处理人际关系等能力的培养。功能性牙齿的保留显然是维持这种状态的基础,高质量的修复体在维持充分的口腔卫生和良好状态上可作第二抉择。

健康是人们幸福生活的载体,口腔健康是全身健康的重要组成部分。人的健康既是身心健康,又是全身健康和局部健康的统一。口腔功能与全身功能,特别是消化功能密切相关。口腔疾病不但影响口腔功能,还会对全身各系统的功能和心理健康产生一定的影响。例如,牙列不齐、口臭等,会使病人觉得“不美”而不敢或不愿在公共场所活动,影响社会交往,造成心理压力,严重者会产生心理障碍。另外,牙病可以作为原发病灶对全身健康产生危害。如龋病、牙周炎、根尖周炎可以引起关节炎、心内膜炎、肾炎、虹膜睫状体炎、全身持续发热等。最近还有资料表明,牙病可诱发