

衣食住行

衣食住行保健丛书

主编 刘鲁川

重庆出版社

口腔疾病 防治



衣食住行保健丛书

衣食住行

主编 刘鲁川

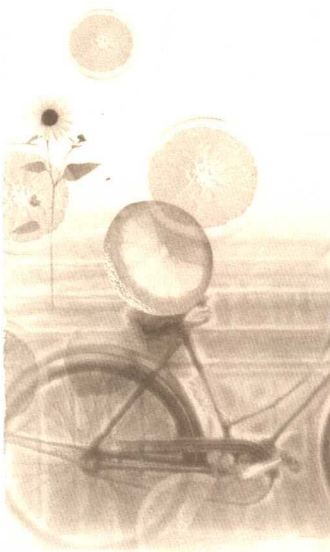
编者 (按姓氏笔画为序)

刘鲁川 宋远雄 何海涛 陈渝斌

杨茂进 贺慧霞 黄新理 温秀杰

重庆出版社

与 口腔疾病 防治



内 容 提 要

本书按《衣食住行保健丛书》统一格式体例,分三篇即基础篇、未病预防篇、已病养治篇,全面向广大群众介绍口腔疾病的基础常识,诊断、预防方法和治疗原则;尤其是介绍蕴含在日常生活即“衣食住行”中的预防和治疗口腔疾病的知识,是本病患者和易患者的实用参考书,也可供相关医务人员参考。

刘鲁川,男,1957年生。博士后,副教授,硕士研究生导师。毕业于第四军医大学口腔医学专业,先后获得口腔医学专业学士、硕士、博士学位,再进入华西医科大学博士后流动站并顺利完成博士后研究工作。现任第三军医大学附属大坪医院野战外科研究所口腔科主任,全军口腔专业委员会委员,中华医学学会重庆市口腔医学分会常委,《牙体牙髓牙周病学杂志》编委。从事口腔临床、教学、科研工作近20年。已培养硕士研究生6名。在本专业杂志上发表论文30余篇,多次获优秀论文奖;参编专著2部。获国家科技进步三等奖1项,军队科技进步三等奖2项。负责国家自然科学基金、中国博士后科学基金等多项课题。



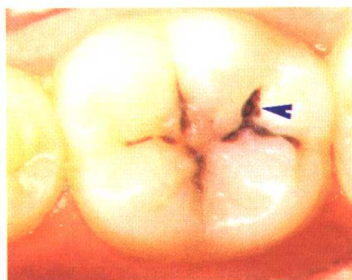
彩图1



彩图2



2. 1



2. 2



2. 3

彩图2. 1: 氟斑牙

彩图2. 2: 龋

彩图2. 3: 牙石

彩图2. 4: 四环素牙



2. 4

彩图3



3. 1



3. 2

彩图3. 1: 牙列拥挤

彩图3. 2: “暴牙”

彩图3. 3: 固定矫治器

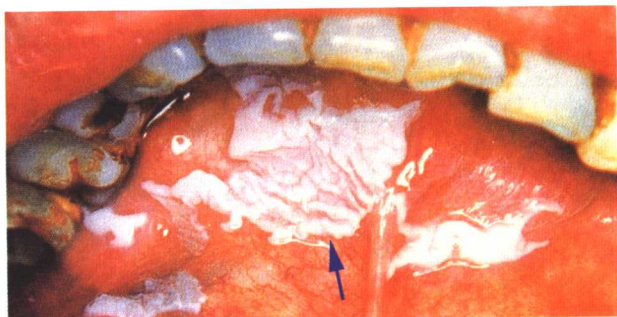


3. 3

彩图3. 4: 粘膜白斑

彩图3. 5: 修复前

彩图3. 6: 烤瓷牙修复后



3. 4



3. 5



3. 6

彩图4

酸...



甜...



冷...



热...



出版者的话

就我国目前的社会发展水平看，医疗保健的重点已从解决传染病与流行病的防治逐步转入解决非传染性疾病、退行性疾病和精神病等一些现代社会中的常见病的防治。人口的老龄化、生活节奏加快后造成的不良生活习惯、生活水平提高后造成的饮食结构的不合理、工业化及都市化带来的环境污染和生态平衡失调等等，使得诸如高血压、冠心病、糖尿病、癌症、精神病等疾病的患病率急剧增高，相应的防治与愈后康复已成为要解决的主要问题。

而这类疾病有一个共同特点，就是与我们的日常生活，即“衣食住行”密切相关。加之医疗制度的改革、社区医疗系统的开展及人们保健意识的增强，都将使广大群众在依靠医院治病的同时，更加渴求获得现代的，科学的，蕴含在“衣食住行”中的预防和治疗疾病的知识。

为此，我们策划、设计了这套《衣食住行保健丛书》；以本直辖市范围内的重庆医科大学、第三军医大学为主体，并面向全国选择具有高学历、高职称的优秀中青年医生及部分经验丰富的老专家作为我们的作者，旨在逐步推出一些以某系统疾病、某器官疾病、某类型疾病或某种疾病为专题，介绍相关防治保健知识的单本图书。相信这些有志于科普创作的医学专家们，在参阅、收集一定数量的文献、中西医资料后，能编纂出一本本代表我年轻直辖市水平的、深受全国群众欢迎的现代医学科普读物。

前言

民以食为天，食以齿为先。口腔和牙齿是各种食物进入人体的门户，人们通过每天的饮食获取足够的营养，维持生命与健康。如果没有口腔和牙齿的健康，不仅不能尽情享受人间的美味佳肴，而且会直接影响进食、语言、美观、表情等多种功能。如不及时治疗还可引起邻近器官及全身的疾病。关爱生命、关注口腔健康的意义概莫如此。据最新统计显示：我国人群中的平均患龋率高达 50%~70%，再加上牙周病和牙颌畸形，几乎人人都患有不同程度的口腔疾病，而且有约 50%的人患有多种口腔疾病。世界卫生组织已将龋病与心血管疾病、肿瘤并列为危害人类健康的三大疾病，足见口腔疾患的危害之大，波及范围之广。

世界卫生组织在 1979 年已通过了“2000 年人人享有卫生保健”的目标，制定了具体的口腔健康标准。近年来，我国的口腔医学事业取得了长足的进展，但要达到此目标，还任重道远。关键在于人人参与，开展积极有效的预防措施。如何预防口腔疾患呢？除了加强口腔卫生宣教，提高人们对口腔健康的认识外，最重要的一条，就是了解口腔疾病预防和保健常识，加强自我保健意识，并将保健知识贯穿到我们的衣、食、住、行等日常生活中去，养成科学、健康、文明的生活习惯。一旦患病，能够了解疾病的特点，及时就诊，以积极的态度对待疾病，做到早发现、早治疗，避免延误病情、造成更大的损害和痛苦。

基于此，本书重点反映了现代口腔预防保健的基本常识和新观念、新知识，较为全面地介绍了口腔保健和口腔疾病防治的新方法、新技术、新材料。本书力求在写作上浅显易懂，内容上丰富、新颖、实用，选材上尽量贴近生活实际和普及大众知识。相信通过阅读此书，会使广大读者得到更多的有关衣、食、住、行方面的口腔保健常识，了解口腔常见疾病的防治知识，能够正确就医，对口腔健康

的概念有新的认识。让该书真正成为口腔卫生宣教的良好老师和家庭口腔保健的益友。

虽如此，但笔者毕竟水平有限，经验不足，难免挂一漏万，不当之处，恳请读者批评指正。

刘鲁川

2002年4月于重庆第三军医大学大坪医院

目 录

出版者的话

前言

1.基础篇	1
(口腔内科)	1
1.1 哪些疾病应到口腔内科就诊	1
1.1.1 何谓“虫牙”，是怎样产生的	1
1.1.2 什么是牙齿过敏	2
1.1.3 牙髓发炎时为什么会产生剧烈疼痛	3
1.1.4 什么是四环素牙	3
1.1.5 牙颈部的“沟”是怎么产生的	4
1.1.6 乳牙都要替换吗？怎样替换	4
1.1.7 牙龈炎是怎样产生的	5
1.1.8 什么是牙周组织病，它是怎么发生的	6
1.1.9 什么是口腔粘膜病，常见的有哪些	7
1.1.10 口疮为何反复发作	7
1.1.11 口腔粘膜白斑是怎么得的	8
1.2 口腔内科疾病对身体的影响	8
1.2.1 龋病对人体有哪些危害	8
1.2.2 牙周疾病对身体有那些危害	9
1.2.3 牙病不治为什么祸及全身	10
1.2.4 为什么儿童和青少年牙齿龋坏对身体的危害更大	11
1.2.5 口腔粘膜白斑会癌变吗	11
1.3 口腔内科疾病的预后	12
1.3.1 大部分口腔内科疾病是可以治愈的	12
1.3.2 口腔内科疾病的预后与口腔保健密切相关	12
1.3.3 口腔内科疾病重在预防	13

(口腔颌面外科)	14
1.4 口腔颌面外科的诊治范围	14
1.4.1 口腔颌面部的组成	14
1.4.2 唾液是怎样产生的	16
1.4.3 哪些疾病应该看口腔颌面外科	16
1.5 口腔颌面部感染	17
1.5.1 何谓感染	17
1.5.2 颌面部“发炎”和“感染”是一回事吗	18
1.5.3 颌面部感染有哪些特殊性	19
1.5.4 口腔颌面部感染的结局是什么	19
1.6 颌面部肿瘤的特点	20
1.6.1 哪些属口腔颌面部肿瘤	20
1.6.2 肿瘤和癌是一回事吗	21
1.6.3 良性肿瘤“良”吗	21
1.6.4 恶性肿瘤“恶”在哪里	22
1.6.5 口腔颌面部肿瘤的特点与预后	22
1.7 颌面部常见的畸形有哪些	23
1.7.1 颌面部常见的软组织畸形	23
1.7.2 颌面部常见的骨畸形	24
(口腔修复科)	25
1.8 义齿的种类和新进展	25
1.8.1 何谓义齿? 义齿材料的选择	25
1.8.2 什么是烤瓷牙	26
1.8.3 什么是即刻义齿	27
1.8.4 什么是隐形义齿	28
1.8.5 什么是人工种植牙	28
1.8.6 什么是覆盖义齿	29
1.8.7 何为磁体固位覆盖义齿	30
1.8.8 什么是铸造支架? 有何好处	30

1.8.9 全口义齿靠什么固位	31
1.8.10 何为固定桥	32
1.9 现代修复学的修复原则和修复方法	33
1.9.1 功能、美观、健康原则	33
1.9.2 牙体缺损的常用修复方法	34
1.9.3 牙齿缺失的几种常用修复方法	35
1.10 牙齿缺失对身体有哪些影响	36
1.10.1 牙齿缺失对面容的影响	36
1.10.2 牙齿缺失对邻牙及咬合关系的影响	37
1.10.3 牙齿缺失对心理的影响	37
(口腔正畸科)	38
1.11 什么是口腔正畸	38
1.12 什么是矫治器	38
1.13 口腔正畸的范围	39
1.13.1 什么是错合畸形	39
1.13.2 什么叫牙列拥挤	40
1.13.3 什么叫“地包天”	40
1.13.4 什么叫深覆合	40
1.13.5 为什么会长“暴牙”	41
1.13.6 什么叫开合	42
1.13.7 为什么会出现双层牙和多生牙	42
1.14 错合畸形对身体的影响	43
2.未病预防篇	44
(口腔内科)	44
2.1 口腔健康的含义和三级预防的概念	44
2.1.1 口腔健康的标准	44
2.1.2 什么是口腔健康的三级预防	45
2.2 哪些人易患口腔内科疾病	46
2.2.1 牙病是否遗传	46

2.2.2 龋病的易感人群是怎样的	46
2.2.3 为什么儿童易患龋病	47
2.2.4 哪些年龄易发生龋病	48
2.2.5 为什么要保护好儿童的“六龄牙”	48
2.2.6 随年纪增大, 牙齿自然就会掉吗	49
2.2.7 儿童的口腔保健有那些特点	50
2.2.8 婴幼儿和学龄前儿童的家庭口腔保健	50
2.2.9 中小学生的口腔保健	51
2.2.10 老年人的口腔保健	51
2.2.11 孕妇的口腔保健	52
2.2.12 残疾人的口腔保健	53
2.3 哪些因素可导致口腔内科疾病	54
2.3.1 影响牙齿发育的因素有哪些	54
2.3.2 除牙病外还有哪些病可以引起牙痛	55
2.3.3 细菌与口腔疾病	55
2.3.4 钙与龋病	57
2.3.5 氟与龋病	58
2.3.6 糖与龋病	59
2.3.7 维护口腔健康, 唾液功不可没	60
2.3.8 口干是怎么回事	61
2.3.9 维生素和口腔内科疾病	62
2.3.10 烟酒与口腔内科疾病	64
2.3.11 口腔异味是何故	65
2.3.12 药物引起的口腔内科疾病	66
2.3.13 哪些原因可引起磨牙症	67
2.3.14 精神因素与口疮	68
2.2.15 免疫因素与口腔内科疾病	69
2.3.16 内分泌及其他因素与口腔疾病	70
2.4 如何用现代手段早期发现和预防口腔疾病	70

2.4.1 国人牙病知多少	70
2.4.2 窝沟封闭防龋	71
2.4.3 牙病防治话洁牙	72
2.4.4 氟化物防龋种种	74
2.4.5 免疫和激光防龋离我们还有多远	75
2.4.6 如何自我辨别口腔溃疡的良恶性	76
2.5 如何从“衣”的角度预防口腔内科疾病	78
2.5.1 唇色可作为你身体状况的指征	78
2.5.2 小心“口红病”	79
2.5.3 哪种牙膏适合您	80
2.5.4 牙膏的正确使用	81
2.5.5 保健牙刷有哪些特点	82
2.5.6 怎样选择牙刷	83
2.5.7 你会刷牙吗	84
2.5.8 刷牙需要注意的几个问题	85
2.5.9 牙线的使用方法	86
2.5.10 牙齿的其他清洁用品有哪些	87
2.5.11 漱口液哪种好	88
2.5.12 漱口也有小学问	89
2.6 如何从“食”的角度预防口腔内科疾病	89
2.6.1 食物防龋知多少	89
2.6.2 口香糖与口腔健康	90
2.6.3 孩子换牙时应多吃耐嚼食品	91
2.6.4 吃巧克力可以预防龋齿吗	92
2.6.5 合理营养有助口腔健康	92
2.6.6 口腔健康离不开矿物质和微量元素	94
2.6.7 细嚼慢咽话健康	95
2.7 如何从“住”的角度预防口腔内科疾病	96
2.7.1 日照和口腔健康	96

2.7.2 天气渐热小心口疮	97
2.7.3 水质与口腔健康	98
2.8 如何从“行”的角度预防口腔内科疾病	98
2.8.1 坐飞机谨防“航空性牙痛”	98
2.8.2 游泳以后即漱口	99
2.8.3 保牙保健康, 避免牙齿损伤	99
2.8.4 外出旅游莫忘口腔保健	100
2.8.5 您知道口腔保健操吗	101
2.8.6 性传播疾病在口腔方面有哪些主要表现	102
2.9 如何从中医角度预防口腔内科疾病	104
2.9.1 单纯性口臭怎样防治	104
2.9.2 中医健齿种种	104
(口腔颌面外科)	105
2.10 颌面部感染为什么常见	105
2.10.1 哪些人易患颌面部感染	106
2.10.2 颌面部感染能预防吗	106
2.10.3 一些常见颌面部感染的预防	107
2.11 颌面部肿瘤常见吗	109
2.11.1 哪些因素可致颌面部肿瘤发生	109
2.11.2 中医对颌面部肿瘤发病的认识是什么	111
2.11.3 颌面部肿瘤的预防原则是什么	112
2.11.4 什么是肿瘤高发人群或易感人群	113
2.11.5 颌面部肿瘤预防新进展	114
2.11.6 如何用现代医学手段早期诊断颌面部肿瘤	114
2.12 哪些因素会导致颌面部畸形	116
2.12.1 遗传因素与颌面部畸形	116
2.12.2 疾病因素与颌面部畸形	117
2.12.3 孕期中危险致畸因素	118
2.13 颌面部外伤临床表现的特殊性	119

2.14 什么是颞下颌关节功能紊乱综合征·	120
2.15 特殊检查在口腔颌面外科中的应用·	122
2.16 如何从“衣”的角度预防颌面部常见疾病·	123
2.16.1 如何从“衣”的角度去认识口腔颌面部感染的预防	123
2.16.2 如何从“衣”的角度去认识口腔颌面部肿瘤的预防	124
2.16.3 外伤后要防止继发感染·	125
2.16.4 什么情况下不宜拔牙·	125
2.17 如何从“食”的角度预防颌面部常见疾病·	127
2.17.1 如何从“食”的角度去认识口腔颌面部感染的预防	127
2.17.2 如何从“食”的角度去认识口腔颌面部肿瘤的预防	128
2.17.3 单侧咀嚼对面部外形的影响·	128
2.18 如何从“住”的角度预防颌面部常见疾病·	129
2.18.1 如何从“住”的角度去认识口腔颌面部感染的预防	129
2.18.2 如何从“住”的角度去认识口腔颌面部肿瘤的预防	130
2.18.3 拔牙前要注意些什么·	130
2.19 如何从“行”的角度去认识口腔颌面部感染和肿瘤的预防	131
2.20 如何从精神心理因素的角度预防颌面部常见疾病·	131
2.20.1 如何从精神心理因素的角度去认识口腔颌面部感染的 预防·	131
2.20.2 如何从精神心理因素角度去认识口腔颌面部肿瘤的预 防·	132
(口腔修复科)·	133