

父母必读的儿童保健读物



[儿童成长指南]

儿童

牙齿健康护理

ERTONG YACHI JIANKANG HULI

郭邵屏 © 主编



广州出版社

父母必读的儿童保健读物



儿童

[儿童成长指南]

牙齿健康护理

ERTONG YACHI JIANKANG HULI

主编 郭邵屏

参编人员 (按姓氏笔画顺序)

李帝扶 陈雄才 林佳慧 祝书华 郭邵屏 游之宇



广州出版社

图书在版编目(CIP)数据

儿童牙齿健康护理/郭邵屏主编.—广州:广州出版社,
2005.2

(儿童健康专家丛书)

ISBN 7-80655-506-4

I.儿… II.郭… III.儿童—牙—保健—指南
IV.R780.1-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 124707 号

儿童健康专家丛书

儿童牙齿健康护理

广州出版社出版发行

(地址:广州市人民中路同乐路 10 号 邮政编码:510121)

长沙市飞鹏印刷有限公司印刷

(地址:长沙市德雅路 342 号 邮政编码:430003)

开本:880mm×1230mm 1/32 字数:442 千 印张:31.625

2005 年 2 月第 1 版 2005 年 2 月第 1 次印刷

责任编辑:刘 胜

责任校对:黄淑銮 李 敏

装帧设计:张合涛

发行专线:020-83793214 34295406

ISBN 7-80655-506-4/R·78

定价:72.00 元(全四册)

如发现印装质量问题,请与承印厂联系调换

编者的话

人必须进食；各种各样的食物，需要在牙齿的帮助下才能更好地被消化，营养物质才能更好地被吸收。一个人拥有一口好牙齿，那是一件多么重要的事情。所以，从婴幼儿时期，甚至从胎儿开始，就应为牙齿打下良好的基础。

近年来，在孩子中，出现了许多让人惊讶的现象：有的孩子小小年纪就患齿槽脓肿；有的只能进食松软的食物，牙齿不能啃骨头，或咬不动硬食物，而且，这种现象还有增长的趋势。那么，我们该采取哪些措施进行预防呢？

医学专家认为，孩子牙齿的好坏，取决于母亲怀孕时的营养情况。但是，孩子出生后的生活环境，对牙齿的健康发育也起着非常重要的作用。因此，培养



孩子良好的生活习惯，以及创造良好的生活环境是非常重要的。作为孩子的母亲，理所当然地要留心孩子的牙齿及牙槽骨的成长，给他们以细心的照料。

随着与国外的交流日益频繁，人们的健康意识有很大改变，同许多发达国家一样，许多人开始重视牙齿的外形。排列整齐的牙齿和笑容可掬的神态一样，也会给人美好的印象。牙齿的排列不仅仅是外观上的问题，它与牙齿的咬合等有着密切的联系。这一点，已引起许多学者和公众的重视。

对孩子们来说，最好的牙科医生就是他们的看护人——孩子的母亲。希望她们能够在日常生活中，多给孩子一些帮助和指导，让他们能拥有一口健康漂亮的好牙齿。

编者

2004年 11 月

目 录

CONTENTS

■ 第一章 儿童牙齿的发育与成长 1

一、初步认识牙齿 2



1. 牙齿的分类 3

2. 牙齿的组织结构 8

3. 牙齿有哪些功能 13

4. 牙冠的功能形态 15

5. 牙根的支持形态 17

6. 牙髓的结构和功能 19



二、牙齿的发育成长 20

1. 牙齿在胎儿期的形成过程 21

2. 孕妇对胎儿牙齿发育的影响 25

3. 从乳牙到恒牙 28

4. 健康的牙齿源自健康的颌骨 37

5. 儿童咀嚼器官的发育 41





■ 第二章 了解孩子的牙齿 59

一、让人担忧的调查 60



1. 牙齿疾患方面的调查 61

2. 幼儿咀嚼方面的调查 62

二、你家孩子的牙齿健康吗 65

1. 儿童牙齿健康测试 66

2. 牙齿健康的生理判断 69

3. 识别孩子牙齿健康的技巧 71



三、牙齿常用的检查 73

1. 脸部的正面检查 74

2. 脸部的侧面检查 77

3. 口腔内部的检查 79



■ 第三章 儿童常见牙科病及防治 83

一、牙齿、颌部、口腔的异常 84



1. 胎牙 85

2. 珍珠牙 86

3. 乳牙迟出 87

4. 唇裂(兔唇) 89

5. 口盖裂 93



二、牙齿生长的异常形态 96



1. 釉质发育不良 97

2. 多余齿 99

3. 齿数不足 101

4. 粘连齿 102

5. 短缺牙(埋伏齿) 104

6. 丛生齿 106

7. 反向咬合 109

8. 上颌前突 113

9. 上下牙开咬 117

10. 交叉咬合 121

11. 门牙开离 123



三、牙齿受伤 126



1. 乳牙受伤 127

2. 恒牙受伤 132

四、龋齿 135



1. 龋齿成了儿童牙齿的头号敌人 136

2. 乳牙的龋齿 138

3. 恒牙的龋齿 155



五、牙周病 161



1. 牙龈炎 162

2. 牙周炎 165

六、颌部的疾病与伤痛 170



1. 颌关节病患者增加 171

2. 颌关节炎 174

3. 颌骨骨折 177

七、如何选择牙医 181



1. 牙科医生的判定标准 182

2. 选择专业牙医的秘诀 186

3. 与牙科医生建立信赖的关系 189

4. 突然牙痛的临时处理 191

■ 第四章 儿童牙齿保健 195

一、营造有益于儿童口腔健康的环境 196



1. 保护儿童牙齿应从第一颗乳牙开始 ... 197

2. 口腔健康的标准 198

3. 关于刷牙 199

4. 婴幼儿的口腔保健 209

5. 营造有益于儿童口腔健康的环境 211



二、孩子口部保健与训练 218



1.舌、唇咀嚼肌肉训练 219

2.颌部的功能训练 223

三、有益儿童牙齿保健的饮食 230

1.使牙齿结实的食品和菜单 231

2.防止龋齿生长的秘诀 232



第一章

儿童牙齿的发育与成长

人一生的健康状况，跟他（她）的牙齿的健康状况可以说是紧密相连的。民以食为天，牙齿却天天为我们服务，因此无论我们是关心子女的成长，还是为了其他目的，至少应该知道一点关于牙齿的知识，特别是牙齿的发育与成长的知识。



一、初步认识牙齿

我们天天都在使用牙齿吃饭，但并不是人人都了解牙齿。很多人可能从来就不曾仔细地研究一下与人类生存息息相关的牙齿。

无论我们已为人父母，还是即将为人父母，我们都应该清楚认识牙齿是怎样发育和成长的。





1 牙齿的分类

(1) 按牙齿的形态特点和功能特性分类

食物必须在口腔内经过切割、撕裂、捣碎和磨细，才能破碎成小块或细屑，以便消化。牙的形态与功能是直接相关的，如果根据牙齿的形态特点和功能特性来分类，牙齿可分为以下四类：

■ 切牙

切牙位于口腔前部，上下颌各4颗。邻面观看牙冠呈楔形，颈部厚而切缘薄，其主要功能为切断食物，一般不承受较大的力，故为单根牙，牙冠的形态也较简单。

■ 尖牙

尖牙俗称犬齿。位于口角处，左、右、上、下共4颗。牙冠仍为楔形，其特点是切缘上有一个突出的牙尖，以便穿刺和撕裂食物。故尖牙粗壮，牙根长大，以适应撕裂所需之力。



■ 双尖牙

双尖牙又名前磨牙。位于尖牙之后，磨牙之前，左、右、上、下共 8 颗。牙冠呈立方形，有一个咬合面，其上一般有双尖，下颌第二双尖牙有时为三尖。有协助尖牙撕裂及协助磨牙捣碎食物的作用。牙根扁，亦有分叉者，以利于牙的稳固。

■ 磨牙

磨牙位于双尖牙之后，左、右、上、下共 12 颗（或 8~12 颗）。牙冠大，呈立方形。有一定大的咬合面，其上有 4~5 个牙尖，结构比较复杂，便于磨细食物。一般上颌磨牙为三根，下颌磨牙为双根，以增加牙的稳固性。切牙和尖牙位于口腔前部，故又合称为前牙；双尖牙和磨牙位于口角之后，合称为后牙。

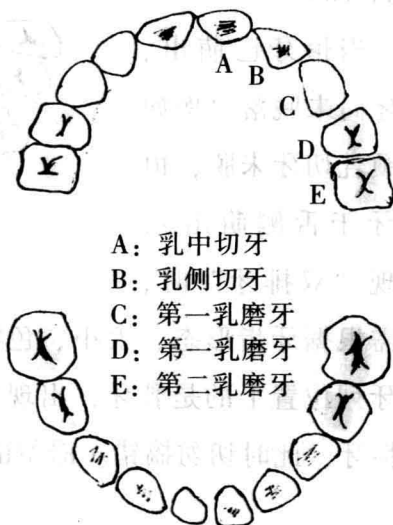
(2) 按牙齿在口腔内存在的时间分类

如果我们根据牙齿在口腔内存在的时间分类，则可分为乳牙和恒牙：



乳牙

乳牙分为乳切牙、乳尖牙和乳磨牙三类（见下图）。人乳牙出齐后一共是 20 颗，每侧各 10 颗。乳牙开始萌出于婴儿生后第 6 个月，至两岁半左右陆续萌出 20 颗牙。乳牙从 6 岁后逐渐脱落，为恒牙所代替。因此乳牙在口腔内的时间，最短者为 5~6 年，最长者可达 10 年左右。从两岁半至 6 岁左右，为乳牙牙合期。此时正值儿童全身及颌面部发育的重要阶段，乳牙存在的时间虽虽短暂，却是儿童的主要咀嚼器官，对消化和营养的吸收，刺激颌骨的正常发育，引导恒牙的正常萌出，都极为重要。





恒牙

恒牙自6岁开始前出，是继乳牙脱落后的第二副牙，若无疾患或意外损伤，不致脱落；脱落后也无牙齿萌出来代替（见右图）。

当恒牙已萌出，乳牙尚未脱落（例如下颌乳切牙未脱，恒切牙于舌侧萌出），出现“双排牙”时，则需根据牙齿形态、大小、色泽等进行区别。排在前面牙列位置上的的是乳牙，出现在后面或舌侧位置上的的是恒牙，此时切勿搞错。滞留的乳牙应拔除。



- 1: 中切牙
- 2: 侧切牙
- 3: 尖牙
- 4: 第一前磨牙
- 5: 第二前磨牙
- 6: 第一磨牙
- 7: 第二磨牙



■ 乳牙与恒牙的比较识别

儿童开始换牙后，口腔中既有乳牙，又有恒牙。应当如何识别乳牙和恒牙呢？

◆ 牙体形态。从牙冠高度看，乳牙比恒牙短。从近远中径的宽度看，乳牙稍宽于恒牙，其中乳磨牙牙冠的近颈部膨大明显，牙颈处收缩显著，恒磨牙颈部则收缩不明显。

◆ 牙体大小。乳牙同各恒牙相比，可很清楚地看到乳牙体积小，恒牙体积大。

◆ 色泽。从色泽看，乳牙颜色较白，恒牙颜色较黄，且更具有光泽。

◆ 磨耗度。由于乳牙萌出早且硬度较小，容易磨耗。乳切牙的切缘结节在建立咬合后不久即被磨去，切缘为平齐状，而恒牙因萌出不久，切线上可见明显的切缘结节，如锯齿状。

◆ 排列在完整的牙列中确定某一颗牙是乳牙或恒牙，还可以参考牙齿萌出的年龄、排列的次序和所处的位置。