



编著 于 飞 朱光勋
郭三兰 陈卫民

口腔常见疾病

凤凰出版传媒集团
江苏科学技术出版社



孟超院士作序推荐

● 国家最高科学技术奖获得者

● 国家卫生部原副部长朱庆生领衔主编

临床一线专家倾力打造的权威科普书
——科学指导饮食起居，预防保健

为患者及家属量身定做，丛书上市发行量突破

100
万册



编著 于飞 朱光勋
郭三兰 陈卫民

口腔常见疾病



凤凰出版传媒集团
江苏科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

口腔常见疾病(齿病、口腔粘膜病·口腔异味) / 于飞编著. —南京:江苏科学技术出版社, 2011. 1

(非常健康 6+1 丛书)

ISBN 978-7-5345-6894-7

I. 口… II. 于… III. ①牙疾病—防治②口腔粘膜疾病—防治③口腔颌面部疾病—防治 IV. R78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 141176 号

非常健康 6+1

口腔常见疾病

编 著 于 飞 朱光勋 郭三兰 陈卫民

责任编辑 王 云

特约编辑 王 龙

责任校对 郝慧华

责任监制 曹叶平

出版发行 江苏科学技术出版社(南京市湖南路 1 号 A 楼, 邮编: 210009)

网 址 <http://www.pspress.cn>

集团地址 凤凰出版传媒集团(南京市湖南路 1 号 A 楼, 邮编: 210009)

集团网址 凤凰出版传媒网 <http://www.ppm.cn>

经 销 江苏省新华发行集团有限公司

印 刷 江苏凤凰通达印刷有限公司

开 本 880 mm×1 240 mm 1/32

印 张 5

字 数 85 000

版 次 2011 年 1 月第 1 版

印 次 2011 年 1 月第 1 次印刷

标准书号 ISBN 978-7-5345-6894-7

定 价 15.00 元

图书如有印装质量问题, 可随时向我社出版科调换。

吴 序

“让医学归于大众”是我的老师裘法祖教授在60多年前向广大医务工作者发出的号召。

近几年来，随着生活水平的不断提高，人们对生活质量越来越讲究，对身心健康越来越加重视，对医学科普知识的需求越来越迫切。因此，裘老的这句口号更是被赋予了新的时代要求。

这两年，有关健康养生类科普图书犹如雨后春笋不断涌现。然而，繁荣的背后，也有些让人担忧的隐患。在内容严谨的医学科普图书不断面世的同时，粗制滥造甚至伪科学的所谓“大家之作”趁势充斥市场，混淆视听。我们的老百姓医学知识缺乏，辨别是非的能力还不够，受害屡见不鲜。要想真正把科学的医学知识普及到广大百姓中去，我们从事临床一线工作的医务工作者必须在临床工作之余，加强医学科普图书的创作，积极响应我们的先驱裘老院士“让医学归于大众”的号召。

我在60余年的临床工作中，经常会见到生活方式、饮食习惯不良，生病后缺乏基本的医学知识的病人，小病酿大病，大病不可治，乃至被病魔夺去生命。时代呼唤优秀的医学科普图书，呼唤医务工作者将深奥的医学理论普及化，传播给老百

姓。医学科普图书的创作，有时候比医学专著更难，应该具有科学性、规范性、简洁性、可读性、实用性等特点，要求作者知识渊博、思路清晰，语言要深入浅出、活发生动，要把复杂的医学知识、深奥的发病机制用通俗易懂的文字呈现出来。

“非常健康6+1”系列医学科普丛书就是这样一套科普读物。第一辑共36本，2008年在裘法祖院士的关心 and 指导下面世。每本书都是由各科的专家执笔，科学性强。在第二辑扩充到了近60本的编写过程中，裘老驾鹤仙去，全体编写人员在卫生部原副部长朱庆生同志的带领下，以无比崇敬的心情，带着裘老的良好意愿继续创作，终于如期完成了这套丛书的出版。图书的内容更加丰富、实用，相比于普通的医学科普图书，模式已有一定程度的突破，逐渐走向个性化，更贴近读者。

“一个医学家要做两件事，一是做个好医生，并将科学研究搞上去；另一件，就是要做科普工作。将普通医学常识教给老百姓，很重要。希望有更多的人参与科普工作，让医学归于大众。”这是裘老的遗愿，也是对医务工作者的殷切期望。为大众健康服务，是我们不断努力、不断创新的目标。很高兴看到江苏科学技术出版社“非常健康6+1”系列医学科普丛书第二辑如期付梓，相信该丛书一定会为大众带来福音！

吴孟超

中国科学院院士

国家最高科学技术奖获得者

朱 序

当今，随着经济社会的发展，生活水平的提高，人们的工作压力日益加大，生活方式发生了很大改变，对健康的要求越来越高，对健康知识的渴求也更加迫切。“让医学归于大众”，这是我国当代医学奠基人之一的裘法祖教授在1948年创办《大众医学》杂志时提出的口号。2006年初，为了向大众普及健康知识，宣传健康理念，帮助他们养成健康的生活方式，准确了解科学的医学常识，在裘法祖教授的倡导和指导下，我们特组织国内具有丰富经验的临床、营养、康复、护理乃至心理学专家、教授，联合编著了一套健康科普读物——“非常健康6+1”，第一系列丛书列共计36本，于2008年1月隆重推出。

第一系列丛书出版后，市场反响强烈。大量读者反映，通过“6+1”模式介绍疾病的诊治和病人饮食起居的方方面面，既不像一些类似专著的科普书内容艰深难懂，难以操作，也不像时下一些比较时髦的健康保健书内容空洞，可信度不高，这套书非常适合广大病人及家属参考，在保证严谨的科学性的同时，注意趣味性，形式活泼，内容浅显易懂，非常实用。阅读此书不仅可以了解医学常识，还能学会了健康的生活、工作和学习方式，学用并举，寓学于乐，是了解现代医学难

得的范本。在广大读者的强烈要求下，我们谨遵袁老的遗愿，发扬先人的精神，将医学知识普及到大众中去，将丛书规模扩大到近60本。

丛书作者均为临床一线专家，他们都具有丰富的临床经验，对于医学知识的理解和健康的体会非常深切，保证了丛书的科学性和权威性。在确保科学性的前提下，作者也特别注意遣词造句，语言生动活泼，形式图文并茂。在内容的安排上，每本书分为疾病诊治、生活起居、护理、饮食、运动、预防六个部分，每个部分写作过程中对要特别指出的问题以“专家提醒”的形式插于文中，既活化了版面，又起到警示作用。对一些读者可能感兴趣的话题和小知识，以“深度阅读”和“小贴士”的模式介绍给读者，以增加图书内容的趣味性和丰富性。

丛书的编写倾注了作者大量的心血，聘请了医学名家把脉，还征求了许多读者的建议，同时在江苏科学技术出版社编辑们的不懈努力下，内容翔实而生动。我为丛书的扩版表示祝贺。我相信，阅读她，不仅为您带来健康的理念，同时还能为您带来愉悦身心的享受。

朱度生

中华人民共和国卫生部原副部长
中国农村卫生协会会长



引言

随着我国经济的发展和人民生活质量的提高，人们开始逐渐认识到口腔健康的重要性，口腔卫生保健的观念也深入万户千家。调查显示我国城市刷牙率达90%以上。然而，与经济发达国家相比，我国人群的口腔健康状况依然不容乐观。这一方面与我国口腔专业从业医生相对较少，农村医疗卫生资源不足有关，另一方面也反映了人群口腔保健观念落后，普遍缺乏常规的口腔健康检查。临床上经常遇到这样的情况：本来是可以简单的充填治疗就能治好的龋病（俗称虫牙），因为患者没有定期的口腔检查而耽误了早期诊治，直到牙齿疼痛难忍甚至牙齿松动才来口腔科就诊。这时龋病早已发展成为牙髓炎或根尖周炎，只有通过复杂的牙髓治疗才能阻断疾病的进一步发展。

在我国，牙周疾病比龋齿患病率还高，90%的成年人有牙周健康问题。这说明，虽然人们已普遍采取每天刷牙这一口腔保健行动，但是没有做到有效刷牙。此外，大多数人也不知道使用牙线来清洁口腔。

目前，公众对于口腔疾病的认识还存在诸多误区，比如还有不少人认为“牙疼不是病”，“人老了掉牙理所当然”，“牙齿有毛病就拔了再镶”。引导大众正确认识口腔常见病、多发病，倡导个人口腔护理，提高大众口腔健康，是口腔医疗工作者应该担负的责任，也是我们出版这版书的初衷。“让医学归于大众”，人民医学家裘法祖院士的这句话代表了我们的心愿，也是我们努力的方向。

自 测 题

.....

完成下面 6 个问题，在对应选项下面划√，获得您口腔健康知识得分，评价您对口腔健康保健的认识水平。

(1) 有没有去过口腔科检查：

- | | |
|------------------|---|
| A. 从未去过 | 0 |
| B. 口腔出现问题时（如：牙痛） | 2 |
| C. 定期口腔检查（半年至一年） | 4 |

(2) 出现牙龈刷牙出血，或牙齿松动时：

- | | |
|-------------|---|
| A. 置之不理 | 0 |
| B. 自行服用消炎药物 | 2 |
| C. 去口腔科检查 | 4 |

(3) 您的口腔保健措施包括：

- | | |
|---------------|---|
| A. 早晨刷牙一次 | 0 |
| B. 晚上刷牙一次 | 2 |
| C. 早晚刷牙 | 4 |
| D. 早晚刷牙，并使用牙线 | 6 |

(4) 儿童乳牙疼痛：

- | | |
|----------------|---|
| A. 乳牙早晚要换的，不用管 | 2 |
| B. 吃点消炎药 | 4 |
| C. 需行治疗 | 0 |

.....

(5) 老年人掉牙属于自然生理现象:

- | | |
|----------|---|
| A. 完全同意 | 0 |
| B. 有点同意 | 2 |
| C. 完全不同意 | 4 |

(6) 孕妇应做孕前口腔检查:

- | | |
|---------|---|
| A. 不同意 | 0 |
| B. 有点同意 | 2 |
| C. 完全同意 | 4 |

结果评价:

26~20分: 很好! 您的口腔自我保健意识非常强, 应当坚持下去。

12~18分: 您的口腔健康可能存在一些问题, 可以针对性地去了解相关口腔健康知识, 改善自己的一些口腔健康行为。

0~10分: 您的口腔健康正面临严峻挑战, 应当赶快采取行动改善自己的口腔健康状况。

目 录



第一部分 龋病

P001

一、什么是龋齿 / 006

(一) 人类患龋齿和认识龋齿的历史 / 006

(二) 龋病是如何发生的 / 007

(三) 龋齿会不会遗传 / 009

二、如何预防龋病 / 010

(一) 良好的口腔卫生习惯 / 010

(二) 调整饮食结构 / 011

(三) 氟化物防龋 / 013

(四) 窝沟封闭 / 014

(五) 定期口腔检查 / 015

三、龋病有哪些表现, 如何发现龋齿 / 016

(一) 龋病有哪些表现 / 016

(二) 龋病的自我发现 / 016

(三) 龋病有什么危害性 / 017

四、如何治疗龋齿 / 019

(一) 补牙常用材料有哪些 / 019

(二) 补牙不当, 有哪些并发症 / 020



第二部分 牙周病

P021

一、什么是牙周病 / 024

(一) 牙周病的历史和现状 / 024

(二) 牙周病的分类 / 025

(三) 牙周病与口腔疾病的关系 / 025

(四) 牙周病与全身健康状况的关系 / 026

二、什么是牙周组织 / 028

(一) 牙附着装置 / 028

(二) 牙周组织的防御机制 / 028

三、牙周病的病因学 / 029

(一) “罪魁祸首” 始动因子—牙菌斑 / 029

(二) 牙周病的局部促进因素 / 029

(三) 牙周病的全身易感因素 / 031

四、如何自我检查和诊断牙周病 / 033

(一) 如何防治口腔异味 / 033

(二) 如何处理牙龈出血 / 035

(三) 牙齿松动怎么办 / 037

(四) 牙龈退缩怎么办 / 038

五、常见的牙周疾病及防治 / 040

(一) “温柔杀手”——慢性牙龈、牙周炎 / 040

(二) “青春期的烦恼”——青春期龈炎 / 041

(三) “孕妇的烦恼”——妊娠期龈炎 / 043

(四) “青少年的噩梦”——侵袭性牙周炎 / 044

(五) 药物的副作用——药物性牙龈增生 / 045

(六) 牙龈的“假性肿瘤”——牙龈瘤 / 047

(七) “危险信号”——全身疾病的反映 / 048



第三部分 口腔粘膜病

P051

一、什么是口腔粘膜病 / 054

(一) 口腔粘膜由什么组成 / 054

(二) 口腔粘膜有哪些功能 / 055

(三) 口腔粘膜的增龄性变化 / 056

(四) 口腔粘膜有哪些常见的病损 / 057

二、口腔粘膜感染性疾病 / 059

(一) 口腔单纯性疱疹 / 059

(二) 手-足-口病 / 061

(三) 口腔念珠菌病 / 063

三、口腔粘膜变态反应性疾病 / 066

(一) 药物过敏性口炎 / 066

(二) 过敏性接触性口炎 / 068

(三) 血管神经性水肿 / 069

四、口腔粘膜溃疡类疾病 / 071

(一) “永久的痛”——复发性阿弗他溃疡 / 071

(二) 白塞病 / 073

(三) 创伤性血疱及溃疡 / 075

五、口腔粘膜斑纹类疾病 / 078

(一) 口腔扁平苔藓 / 078

(二) 口腔白斑病 / 080

(三) 口腔粘膜下纤维化 / 082

六、唇舌疾病 / 084

(一) 慢性非特异性唇炎 / 084

(二) 口角炎 / 085

(三) 地图舌 / 087

(四) 沟纹舌 / 088

(五) “中老年女性的烦恼”——灼口综合征 / 090

第四部分

儿童口腔保健

P093

一、儿童口腔如何保健 / 096

(一) 婴幼儿口腔保健不能大意 / 096

(二) 什么是儿童的不良口腔习惯 / 098

- (三) 孩子夜间磨牙怎么办 / 099
- (四) 孩子看牙要走出认识误区 / 100

二、儿童龋病 / 102

- (一) 为什么乳牙容易患龋 / 102
- (二) 喂养方式不当致婴幼儿龋齿 / 103
- (三) 重要的六龄齿 / 104
- (四) 小儿龋齿预防的好方法—窝沟封闭 / 104

三、儿童错颌畸形 / 106

- (一) 孩子乳牙的萌出有规律吗 / 106
- (二) 儿童何时矫正牙齿最合适 / 107
- (三) 孩子在换牙时出现暂时错颌怎么办 / 109
- (四) 怎样预防儿童错颌畸形 / 110
- (五) 儿童牙齿外伤脱落后怎么办 / 110

第五部分 老年口腔健康

P113

- 一、老年人常见口腔问题有哪些 / 115
 - (一) 中老年人的牙齿保健 / 115
 - (二) 老年人口臭的防治 / 117
 - (三) 中老年人应警惕口腔癌 / 118
 - (四) 老年人要预防口干症 / 120

二、老年人口腔疾病的治疗 / 122

(一) 老年人口腔保健存在哪些误区 / 122

(二) 关注中老年口腔健康 / 123

(三) 养成良好的口腔卫生习惯和生活方式 / 124

(四) 综合设计、彻底治疗、按时维护 / 125

(五) 老年人可以种植牙吗 / 127



第六部分 孕妇口腔保健

P129

一、孕妇口腔健康状况对胎儿有哪些影响 / 131

(一) 激素水平的改变对口腔健康的影响 / 131

(二) 孕妇健康行为对胎儿的影响 / 132

(三) 孕妇牙痛会影响宝宝发育 / 132

(四) 孕妇患牙周病易早产 / 133

二、怀孕期间出现口腔问题，该怎么办 / 136

(一) 孕妇如何保持口腔健康 / 136

(二) 孕妇牙痛怎么办 / 137

(三) 孕妇能拔牙吗 / 138



第一部分



龋病

家庭护理

饮食营养

疾病治疗

运动健康

日常起居

防止恶化

专家提醒