



口腔健康指导丛书

儿童

口腔健康指导

主编 / 葛立宏



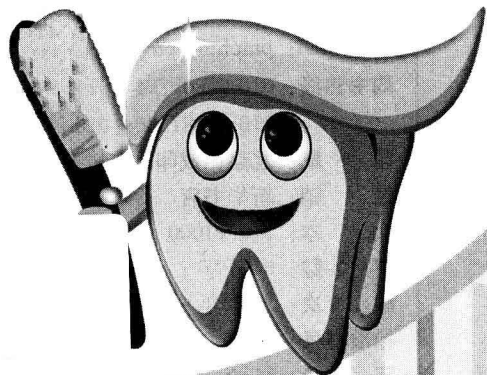
人民卫生出版社

口腔健康指导丛书

儿童 口腔健康指导

主编 葛立宏

编者 秦 满 郑树国 宋光泰
彭楚芳 周 琼 朱俊霞



人民卫生出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

儿童口腔健康指导/葛立宏主编. —北京: 人民卫生出版社, 2010. 9

(口腔健康指导丛书)

ISBN 978-7-117-13365-4

I. ①儿… II. ①葛… III. ①儿童-口腔保健-基本知识 IV. ①R78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 156324 号

门户网: www.pmph.com	出版物查询、网上书店
卫人网: www.ipmph.com	护士、医师、药师、中医师、卫生资格考试培训

版权所有, 侵权必究!

儿童口腔健康指导

主 编: 葛立宏

出版发行: 人民卫生出版社 (中继线 010-59780011)

地 址: 北京市朝阳区潘家园南里 19 号

邮 编: 100021

E - mail: pmph@pmph.com

购书热线: 010-67605754 010-65264830

010-59787586 010-59787592

印 刷: 北京铭成印刷有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 710×1000 1/16 印张: 4.5 插页: 1

字 数: 64 千字

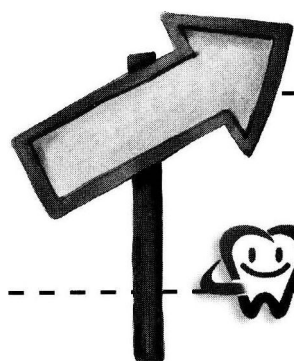
版 次: 2010 年 9 月第 1 版 2010 年 11 月第 1 版第 2 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-117-13365-4/R · 13366

定 价: 15.00 元

打击盗版举报电话: 010-59787491 E-mail: WQ@pmph.com

(凡属印装质量问题请与本社销售中心联系退换)



主 任 陈贤义

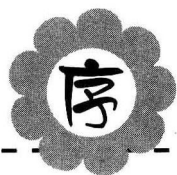
副主任 孔灵芝 王 兴

编委会委员(以姓氏笔画为序)

丁笑乙 王伟健 冯希平 台保军

刘洪臣 胡德渝 荣文笙 栾文民

夏 刚 葛立宏



口腔卫生是健康的重要组成部分,不仅反映生命质量,也是人类现代文明的重要标志,被世界卫生组织列为人体健康的十大标准之一。

多年来,我国口腔卫生工作坚持预防为主、防治结合,开展了口腔流行病学调查,初步摸清我国人民的口腔卫生状况和口腔疾病流行规律;以“爱牙日”为契机,广泛深入地开展大众口腔健康促进活动,提高了群众的口腔保健意识;推进口腔疾病防治网络建设,推广口腔疾病防治适宜技术,取得一定的成绩。但总体上看,我国居民口腔疾病发病率依然很高;群众口腔保健知识缺乏,防病意识较差;城乡口腔卫生服务体系和服务能力不能满足人民群众日益增长的口腔卫生保健需要。

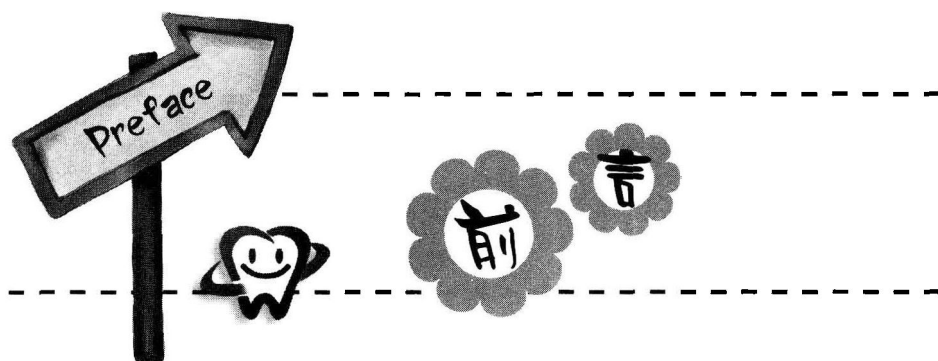
健康教育和健康促进是贯彻预防为主,提供公共卫生服务的重要措施。通过多种渠道和方式将口腔健康知识和信息提供给大众,帮助公众养成良好的口腔卫生习惯,提高公众口腔健康知识水平,进而提高我国居民口腔健康水平。围绕这个目标,卫生部疾病预防控制局及时组织有关专家编写了《口腔健康指导丛书》。

丛书针对人生不同阶段中日常必需的口腔卫生知识、常见的口腔健康问题,由多位专家将自己多年从事临床工作中的所见所学,作了深入浅出、有针对性和说服力的解读,通俗易懂、图文并茂、可读性强,是帮助群众学习口腔保健知识并养成良好口腔卫生习惯的重要读本。

希望本丛书能够对普及口腔保健知识,培养良好的自我口腔保健意识起到积极的作用。

卫生部副部长

2010年8月25日



世界卫生组织认为,健康不仅是没有疾病和虚弱,而是身体、心理和社会功能三方面的完美状态。作为全身健康的重要组成部分,口腔健康直接或间接影响着全身健康。口腔健康是指无口腔颌面部慢性疼痛、口腔癌、口腔溃疡、先天性缺陷如唇腭裂、牙周(牙龈)疾病、龋病、牙齿丧失以及影响口腔的其他疾病和功能紊乱。

口腔疾病不但妨碍口腔行使正常功能,干扰口腔健康,严重的还可影响人的外貌形象和社会交往,甚至导致或加剧某些全身疾病,影响生命质量。我国居民口腔疾病患病率很高,人的一生中都有可能受到口腔疾病的困扰,而且 85% 以上的龋齿没有治疗,成年人几乎都需要牙周洁治。面对如此严重的口腔疾病流行态势,为了帮助我国居民掌握正确的口腔卫生保健知识,养成良好的口腔卫生习惯,提高口腔健康水平,卫生部疾病预防控制局组织有关专家编写了本丛书。

作为国内首部面向公众的口腔健康指导丛书,丛书针对人生不同阶段,分为《普通人群口腔健康指导》、《孕妇婴幼儿口腔健康指导》、《儿童口腔健康指导》和《老年人口腔健康指导》四本,分别由武汉大学口腔医学院台保军教授、北京大学口腔医学院荣文笙教授、葛立宏教授和中国人民解放军总医院刘洪臣教授负责组织编写。

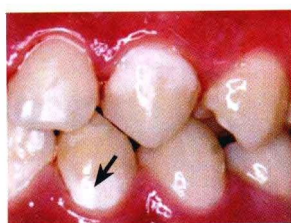
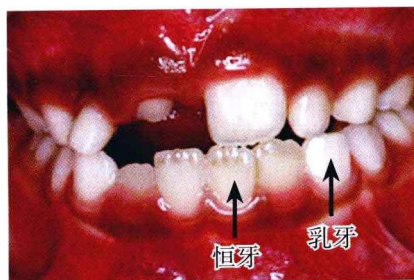
丛书将各人群日常生活中常见的口腔健康问题和常用的口腔保健知识,以图文并茂的形式为读者加以详尽的解释说明,如有不足和缺陷之处,敬祈斧勘。

最后,我们对所有参与丛书编写和为丛书编写提供帮助的专家表示崇高的敬意,对大力支持丛书编写出版的高露洁棕榄(中国)有限公司表示衷心的感谢。

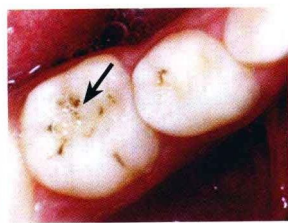
《口腔健康指导丛书》编委会

2010 年 8 月 9 日

乳牙颜色较恒牙白



白垩斑



浅龋



严重的龋齿

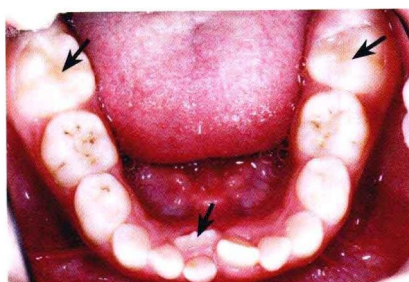
龋齿的临床表现



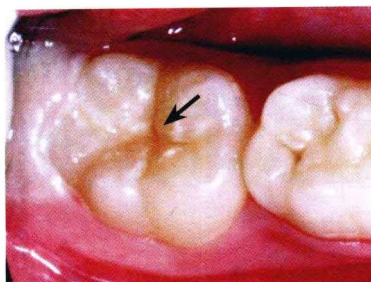
“双层牙” (乳牙滞留)



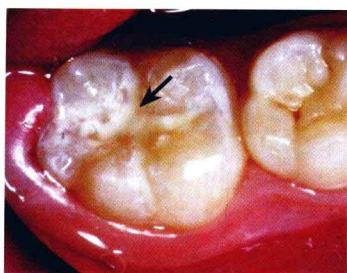
恒前牙切端呈锯齿状, 颜色略黄



混合牙列 (标记牙齿为恒牙, 其余为乳牙)



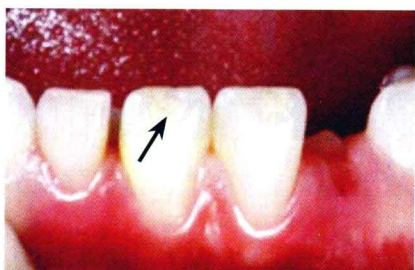
第一恒磨牙窝沟封闭剂



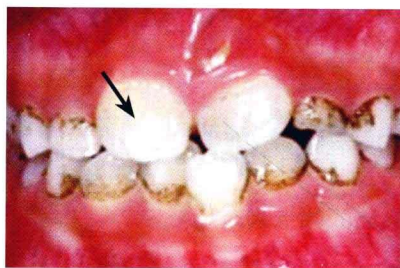
第一恒磨牙窝沟封闭后



釉质发育不全,可见牙齿表面实质性缺损



釉质发育不全,恒牙可见白垩色改变

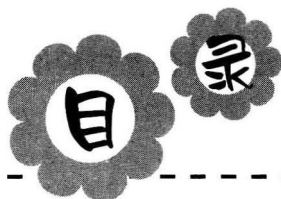
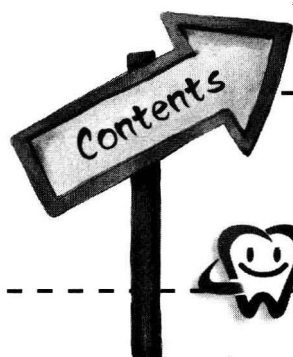


氟牙症照片



牙齿外伤冠折修复前后





婴幼儿篇(0~3岁)

一、婴幼儿口腔健康的意义	2
二、健康完整的乳牙列是婴幼儿口腔健康的基础	2
1. 乳牙萌出的时间和顺序	2
2. 孩子长牙时的常见现象	4
3. 孩子的乳牙与成人的恒牙有什么不同	4
4. 正常的乳牙是什么样	4
三、平衡膳食和健康行为是维护婴幼儿口腔健康的必要条件	5
1. 平衡膳食	5
2. 提倡母乳喂养	5
3. 人工喂养注意事项	6
4. 限制含糖饮料和食物的摄入	6
5. 不要把细菌口-口相传传递给孩子	7
6. 警惕药物对牙齿发育的不良影响	7
7. 安慰奶嘴和吮指习惯	8
四、婴幼儿的口腔保健	8
1. 清洁口腔从出生开始	8



2. 如何为婴幼儿刷牙	8
3. 合理选择牙膏和牙刷	10
4. 喂养器具的消毒	10
五、龋齿是常见的危害婴幼儿口腔健康的疾病	10
1. 为什么婴幼儿易患龋齿	10
2. 婴幼儿龋的危害	11
3. 婴幼儿龋的对策	11
六、危害婴幼儿口腔健康的其他主要疾患	11
1. 婴幼儿牙齿外伤	11
2. 鹅口疮	12
3. 疱疹性口炎	12
4. 血管瘤	13
5. 新生儿过早长牙	13
6. 舌系带过短	13
七、婴幼儿口腔保健	14
1. 婴幼儿定期进行口腔检查	14
2. 科学用氟预防婴幼儿龋齿	14
3. 婴幼儿龋的早期诊断和处理	14

学龄前儿童篇(3~6岁)

一、学龄前儿童口腔健康的意义	18
1. 牙齿健康与身心健康	18
2. 乳牙与恒牙的关系	18
3. 乳牙列间隙	19
二、鼓励儿童多吃纤维性食物,增强咀嚼功能	19
1. 纤维性食物有利于儿童口腔健康	19
2. 甜食与儿童龋病	20



三、龋齿危害儿童口腔健康	20
1. 儿童龋齿的危害	20
2. 乳牙龋的临床表现	21
3. 乳牙龋发生部位的特点	21
4. 乳牙龋的危害	22
5. 乳牙龋齿的治疗	23
四、关于乳牙龋齿治疗的常见疑问	24
1. 乳牙是可以替换的,乳牙龋齿还需要治疗吗	24
2. 孩子的乳牙得了龋齿但不疼还用治疗吗	24
3. 孩子牙龈肿痛怎么办	24
4. 乳牙摘除牙髓(杀神经)会影响恒牙吗	25
5. 乳牙仅剩残根,是拔除好还是留着好? 乳牙过早脱落 怎么办	25
6. 儿童注射局部麻醉药物影响大脑发育吗	26
五、自我口腔保健行动	26
1. 刷牙习惯的建立	26
2. 儿童学习刷牙,家长应帮助和监督	26
3. 保健牙刷的选择和使用	27
4. 刷牙后睡前不应再进食	27
5. 含氟牙膏的使用	27
6. 牙线可帮助清洁牙齿间隙	27
六、乳前牙替换常见问题	28
1. 新牙长出,旧牙未脱落	28
2. 新萌出的恒牙切端成“锯齿状”,颜色不如乳牙白	28
3. 前牙区长出形态异常的牙齿	29
4. 牙齿萌出时感觉不适	29
七、专业口腔医疗保健	30
1. 提倡学龄前儿童应定期接受口腔健康检查	30



2. 合理使用氟化物预防龋齿.....30
3. 积极预防牙齿外伤,及时治疗乳牙外伤.....31
4. 孩子口腔不良习惯应尽早戒除.....32
5. 3~4岁是早期矫治前牙“地包天”的最佳时期.....32
6. 儿童晚上睡觉时磨牙是怎么回事.....33

学龄儿童篇(6~12岁)

一、学龄儿童口腔健康的意义.....36

二、完整健康的恒牙列是一生口腔健康的基础.....36

1. 乳恒牙替换的时间、顺序和恒牙的数目.....36
2. 新萌出的恒牙和成人的恒牙有什么区别吗.....37
3. 正常的恒牙排列.....37

三、平衡饮食与健康行为.....38

1. 糖和龋齿的关系.....38
2. 科学吃糖和甜食.....39
3. 降低喝酸性饮料的频率和数量.....39

四、龋齿是危害学龄儿童口腔健康的头号杀手.....40

1. 儿童恒牙龋齿有什么特点.....40
2. 如何及早发现龋齿.....40
3. 新长出的恒牙患龋,应尽早治疗.....40

五、窝沟封闭术是预防恒磨牙咬合面龋的最有效手段.....41

1. 窝沟封闭预防龋齿的原理和有效性.....41
2. 窝沟封闭与氟化物应用.....42
3. 孩子几岁时应做窝沟封闭.....42
4. 哪些牙齿需做窝沟封闭.....42
5. 做窝沟封闭时,孩子有痛苦吗.....42
6. 做过窝沟封闭的牙齿就可以放心不得龋齿了吗.....43



六、自我口腔保健行动	43
1. 牙刷牙膏的使用常识	44
2. 教育儿童掌握正确的刷牙方法	44
3. 科学使用牙线及牙间刷等	45
4. 电动牙刷和普通牙刷哪个好	46
5. 单纯嚼无糖口香糖能代替刷牙吗	46
七、专业口腔医疗保健	46
1. 及时就诊,定期检查	46
2. 发现龋齿应尽早诊治	47
3. 牙龈上长“脓包”是怎么回事儿	47
4. 积极防治牙龈炎和牙周炎	48
5. 口腔异味要检查	48
6. 食物嵌塞别忽视	48
7. 什么情况下乳牙应该拔除	48
8. 什么时候小孩不适宜拔牙	49
9. 儿童拔牙后应注意什么问题	49
10. 什么是“虎牙”,如何防治	49
11. 牙骀畸形有哪些危害	50
12. 牙齿不齐何时矫正为好	50
八、儿童常见的牙齿生长发育异常	51
1. 前牙舌侧有深窝沟或畸形牙尖是正常的吗	51
2. 前磨牙咬合面中央的小尖是怎么回事	51
3. 牙齿表面有白色斑块或者“小坑”是怎么回事	52
4. 为什么某些地区居民的牙齿上有褐色斑块	53
5. 四环素牙	54
6. 前牙迟迟不替换怎么办	54
7. 先天缺牙	54
8. 额外牙	54
9. 恒牙萌出过早	55
10. 恒牙萌出过迟	55



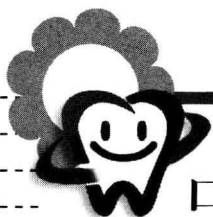
11. 低于咬合平面的乳牙需要治疗吗	55
--------------------------	----

九、儿童常见的错殆畸形	55
-------------------	----

1. 前部牙齿间隙较大	56
2. 上颌切牙倾斜	56
3. 切牙轻度拥挤	57
4. 上前牙覆盖下前牙过多	57
5. 前牙反咬合(“地包天”、“兜齿”)	57
6. 牙列拥挤	57
7. 青少年耳前区酸痛、有弹响是怎么回事	58

十、牙齿外伤的防范和应急处理	58
----------------------	----

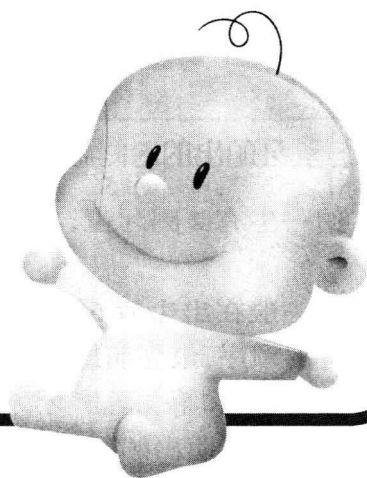
1. 如何预防牙齿外伤	58
2. 整个牙齿掉出来了怎么办	59
3. 牙齿磕掉了一小块,但不疼,需要治疗吗	59
4. 外伤后何时就诊	60
5. 乳牙外伤需要治疗吗	60



口腔健康指导丛书

婴幼儿篇

(0~3岁)





一、婴幼儿口腔健康的意义

婴幼儿口腔健康是一生健康的基石。婴幼儿牙齿的正常发育和萌出以及维持其正常的功能对婴幼儿一生的口腔健康和全身健康至关重要。

如果没有健康的牙齿,可能引起孩子不能咀嚼较硬或较韧的含纤维食物,偏爱吃黏而软的食物,养成不良的摄食和咀嚼习惯,造成营养不平衡,影响全身发育。因此婴幼儿时期拥有一副健康的牙齿是培养良好饮食习惯的基础,对于颌面部和全身生长发育也非常重要。

婴幼儿时期是学习语言的关键时期,如果前牙早期缺失,会造成其不良的发音方式,影响发音的清晰度。

口腔也是整体外貌的一部分,健康的牙齿,良好的咀嚼,可促进颌面部的正常发育,使孩子表情清新自然、外貌和谐,有利于从小培养孩子的自信心。

2



二、健康完整的乳牙列是

婴幼儿口腔健康的基础

1. 乳牙萌出的时间和顺序

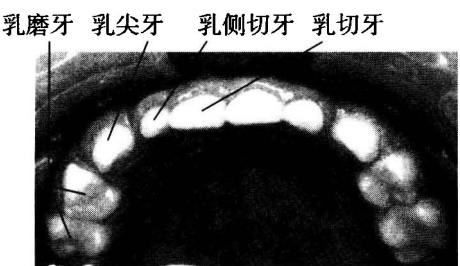
人的一生有 2 副牙齿,在婴幼儿期长出的牙齿称为乳牙,共有 20 颗。

乳牙一般在出生后 6、7 个月左右开始陆续萌出。牙齿的萌出会按一定的顺序,最先萌出的是乳下切牙,随后萌出乳侧切牙、第一乳磨牙、乳尖牙和第二乳磨牙,至 2 岁半或 3 岁左右 20 颗乳牙全部萌出。个别孩子萌出的顺序会有差异,大部分孩子第一乳磨牙先于乳尖牙萌出,但也有孩子顺序相反。

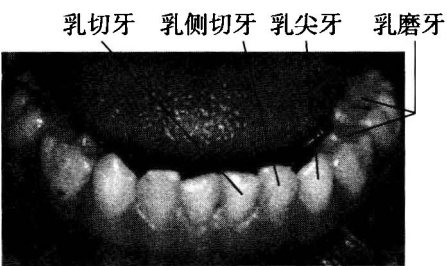
对于不同的个体,牙齿萌出的时间存在差异。长牙早的孩子可



在婴儿4个月时萌出,晚的可到1岁才萌出。所以家长在孩子其他身体状况都正常时,不要因为孩子没在6~7个月出牙而过分着急,孩子1岁左右如果牙齿还没萌出应去医院口腔科检查。多数情况下,女孩出牙略早于男孩;下颌同名牙齿萌出早于上颌;营养好,身高体重大的儿童比营养差、身高体重小的儿童牙齿萌出早;寒冷地区儿童较温热地区儿童牙齿萌出迟。



上颌乳牙(10颗)



下颌乳牙(10颗)

乳牙萌出的顺序

萌出顺序	下颌	萌出顺序	上颌
1	中切牙	2	中切牙
3	侧切牙	4	侧切牙
5	第一乳磨牙	6	第一乳磨牙
7	尖牙	8	尖牙
9	第二乳磨牙	10	第二乳磨牙

乳牙萌出时间(月)的差异

牙齿名称	早(月)	平均(月)	迟(月)
下中切牙	5	7.8	11
上中切牙	6	9.6	12
上侧切牙	7	11.5	15
下侧切牙	7	12.4	18
上第一乳磨牙	10	15.1	20
下第一乳磨牙	10	15.7	20
下尖牙	11	18.2	24
上尖牙	11	18.3	24
上第二乳磨牙	13	26.0	31
下第二乳磨牙	13	26.2	31