

十万个怎么办丛书

SWGZM

口腔保健

B

俞未一 王长青
袁钻宁 吴风鸣 李健 编著



南京大学出版社

《十万个怎么办》丛书

号 110 荣字登祿(表)

口腔保健

俞未一 王长青 李健 编著
袁钻宁 吴风鸣

南京铁道医学院图书馆

藏书

一九九五年一月十五日



ZL159170

南京大学出版社

1993·南京

C7.6

366911

(苏)新登字第 011 号

《十万个怎么办》丛书

口腔保健

俞未一 王长青 袁钻宁 吴风鸣 李健 编著

南京大学出版社出版

(南京大学校内)

南京豪利电脑照排中心照排

江苏省新华书店发行 丹阳练湖印刷厂印刷

开本 787×1092 1/32 印张 5 字数 117 千

1993 年 5 月第 1 版 1993 年 5 月第 1 次印刷

印数 1—10000

ISBN7-305-01876-7/R·74

定价:2.80 元

前 言

在口腔医学的领域中,龋病、牙周疾病等已成了对人类危害较大的疾病,尤其是龋病,世界卫生组织已将其列为危害人类健康的三大疾病之一。几乎每个人在他们的一生中将不同程度地遭受其中一种或两种以上疾病的危害,以影响牙颌系统的生长发育,破坏咀嚼功能,有碍全身健康。

然而,现代口腔医疗技术的进展和对口腔疾病发病机理的深入研究,已使口腔疾病的治疗和预防成为可能。只要通过积极的预防手段,养成正确的口腔卫生习惯,口腔疾病的危害是可以防范的。

为了使各界人士了解口腔疾病对人体的危害,掌握正确的口腔保健方法,本书以深入浅出的文笔,全面、系统地阐述了各类口腔疾病的成因,治疗及预防的基本常识。不失为一本适合广大医、护人员,各界人士阅读的口腔卫生保健科普读物。

编 者

1992年11月

目 录

口腔内科

- 孩子一出生就有牙怎么办..... (1)
- 孩子长了“马牙子”怎么办..... (2)
- 婴幼儿迟迟不长牙怎么办..... (2)
- 出牙前孩子流口水怎么办..... (3)
- 孩子不肯刷牙怎么办..... (3)
- 要选择合适的牙刷该怎么办..... (5)
- 孕产妇的牙齿保健该怎么办..... (6)
- 婴幼儿的口腔保健应怎么办..... (7)
- 青少年的牙齿保健该怎么办..... (8)
- 挑选牙齿所需要的营养应怎么办..... (9)
- 儿童长出灰黄颜色的牙齿怎么办 (10)
- 儿童长出黄斑牙怎么办 (11)
- 牙齿表面长得坑坑凹凹怎么办 (13)
- 两颗门牙之间有缝隙怎么办 (14)
- 什么是多生牙？长了多生牙怎么办 (15)
- 长了“虎牙”怎么办 (15)
- 什么是畸形牙？长了畸形牙怎么办 (16)
- 小孩有了“虫牙”怎么办 (17)
- 什么是“六龄牙”？保护“六龄牙”该怎么办 (18)
- 孩子牙齿因受外伤脱落怎么办 (19)

牙齿折断怎么办	(20)
儿童在换牙期间,家长该怎么办.....	(21)
刚萌出的牙齿特别大该怎么办	(23)
要孩子养成保护牙齿的好习惯该怎么办	(23)
孩子去医院治疗牙病前家长该怎么办	(24)
补牙后有时牙还疼痛怎么办	(25)
孩子牙龈出血怎么办	(26)
急性牙龈出血的紧急处理该怎么办	(27)
孩子口角发炎、糜烂怎么办.....	(28)
孩子口腔中经常发生溃疡怎么办	(29)
孩子得了疱疹性口炎怎么办	(30)
孩子患了“雪口病”怎么办	(31)
孩子患了“地图舌”怎么办	(32)
患了“沟纹舌”怎么办	(33)
长“羊胡子”疮怎么办	(33)
哪些部位易患龋齿? 要想预防怎么办	(34)
龋齿引起牙痛怎么办	(35)
牙痛暂时制止后,进一步治疗怎么办.....	(36)
牙齿封药后牙痛加剧或封药脱落怎么办	(37)
牙痛制止后重新疼痛怎么办	(38)
“隐裂牙”引起牙痛怎么办	(39)
“三叉神经痛”怎么办	(39)
牙齿遇冷发酸怎么办	(40)
老年人牙齿严重磨损,咬东西酸痛怎么办.....	(41)
牙齿浮起不能咀嚼食物怎么办	(42)
牙龈上长了“瘻管”怎么办	(42)
咬硬物时牙齿劈裂了怎么办	(43)

牙外伤松动怎么办	(43)
牙齿折断怎么办	(44)
牙外伤脱落怎么办	(45)
牙齿大面积龋坏仅剩“残冠”怎么办	(46)
牙龈经常出血怎么办	(46)
牙龈出血不止怎么办	(47)
牙龈流脓、牙齿松动怎么办	(48)
食物嵌塞怎么办	(49)
妊娠妇女牙龈红肿、出血怎么办	(49)
妊娠妇女长出“牙龈瘤”怎么办	(50)
妇女生孩子后牙齿变松怎么办	(50)
牙龈增生肥大怎么办	(51)
癫痫患者长期服药引起牙龈肥大怎么办	(52)
牙龈萎缩、牙根暴露,遇冷、酸痛怎么办	(52)
“口臭”怎么办	(53)
牙龈发黑怎么办	(53)
预防牙周病的发生和发展该怎么办	(54)
牙面沉积牙垢、牙石、色素怎么办	(55)
“洗牙”后牙齿酸痛怎么办	(56)
经常发生口腔溃疡怎么办	(56)
口腔内出现久治不愈的溃疡怎么办	(57)
高热后口周起泡、糜烂怎么办	(58)
舌头上出现沟纹怎么办	(59)
舌苔发黑怎么办	(60)
口腔内出现白色斑纹经常不适怎么办	(61)
口腔内出现白色斑块怎么办	(61)
患了灼口综合症怎么办	(62)

晒太阳后唇部糜烂怎么办	(63)
患了“口干症”怎么办	(63)
口腔粘膜出现水泡怎么办	(64)

口腔颌面外科

“尽根牙”发炎怎么办	(66)
活动了的牙齿怎么办	(67)
高血压病人拔牙怎么办	(68)
心脏病人拔牙怎么办	(68)
妊娠、月经期妇女拔牙怎么办	(69)
要做到无痛拔牙该怎么办	(70)
保护拔牙的伤口该怎么办	(71)
拔牙后感染怎么办	(71)
拔牙后出血怎么办	(72)
第一恒磨牙需要拔除怎么办	(73)
乳牙拔除时怎么办	(74)
牙齿再植后怎么办	(75)
面部出现疖肿怎么办	(76)
得了间隙感染怎么办	(77)
小孩得了“疳腮”怎么办	(78)
口内经常起小疱怎么办	(78)
得了黑痣怎么办	(79)
得了牙瘤怎么办	(79)
得了混合瘤怎么办	(80)
得了造釉细胞瘤怎么办	(81)
得了血管瘤怎么办	(81)
预防口腔颌面癌变怎么办	(82)

颜面部发生化学性灼伤怎么办	(83)
护理颌面部外伤病员该怎么办	(84)
鼻、耳等组织被咬掉后怎么办	(84)
下巴掉下后怎么办	(85)
嘴巴歪后怎么办	(86)
孩子得了绊舌怎么办	(86)
孩子得了唇裂怎么办	(87)
孩子患了腭裂后怎么办	(88)

口腔修复、正畸科

部分牙齿缺失怎么办	(89)
全口牙齿缺失怎么办	(91)
常规义齿修复失败怎么办	(92)
戴假牙后口腔粘膜压痛怎么办	(93)
戴假牙后口腔粘膜过敏怎么办	(95)
可摘义齿折断怎么办	(96)
固定义齿损坏怎么办	(96)
全口义齿固位不好怎么办	(97)
可摘局部义齿翘动怎么办	(98)
戴义齿后影响发音怎么办	(99)
戴义齿后感觉不适怎么办?	(100)
义齿修复后基牙或对颌牙疼痛怎么办	(101)
上前牙缺失,对颌牙咬在缺牙区粘膜怎么办	(102)
部分牙齿长期缺失后久未装牙怎么办	(104)
牙齿缺失后上下颌骨关系不协调怎么办	(105)
假牙积满污渍怎么办	(106)
假牙基托内食物滞留怎么办	(107)

假牙下沉怎么办.....	(108)
戴假牙后又有牙齿缺失怎么办.....	(109)
戴假牙后咬颊粘膜怎么办.....	(109)
前牙变色影响美观怎么办.....	(110)
牙冠缺损只剩下牙根怎么办.....	(111)
前牙固定桥影响美观怎么办.....	(112)
部分牙齿缺失伴剩余牙齿松动,不能耐受拔牙怎么办 (88)	(113)
装假牙后面形与原来不一致怎么办.....	(114)
戴全口义齿后面部肌肉出现不适怎么办.....	(115)
固定义齿修复后食物嵌塞怎么办.....	(116)
戴义齿后发生口臭怎么办.....	(116)
误在地摊镶了牙怎么办.....	(117)
牙齿磨损或缺失,面下 1/3 距离变小怎么办	(119)
颌骨缺损及面部缺损怎么办.....	(119)
初戴全口义齿时食物嚼不碎怎么办.....	(120)
误吞义齿怎么办.....	(121)
补牙后反复脱落怎么办.....	(122)
发生义齿性口炎怎么办.....	(123)
牙齿拔除后急需装牙怎么办.....	(124)
夜间磨牙怎么办.....	(125)
颌关节疼痛怎么办.....	(126)
颌关节弹响怎么办.....	(127)
颌关节所致开口受限怎么办.....	(128)
颅颌紊乱症引起头痛怎么办.....	(129)
颅颌紊乱症引起耳症怎么办.....	(131)
颅颌紊乱症引起眼症怎么办.....	(131)

颅颌紊乱症引起神经衰弱怎么办.....	(133)
紧咬牙怎么办.....	(133)
偏侧咀嚼怎么办.....	(134)
咀嚼肌痉挛怎么办.....	(135)
前牙先天畸形影响美观怎么办.....	(135)
青少年期恒牙缺失怎么办.....	(136)
牙齿拥挤怎么办.....	(137)
深覆殆怎么办	(138)
“地包天”怎么办.....	(139)
锁殆怎么办	(140)
开唇露齿怎么办.....	(141)
牙间隙怎么办.....	(141)
乳牙早失怎么办.....	(142)
恒牙迟萌怎么办.....	(143)
恒牙萌出间隙不足怎么办.....	(144)
口呼吸怎么办.....	(145)
儿童有不良口腔习惯怎么办.....	(146)

口腔内科

孩子一出生就有牙怎么办

一般来说孩子刚出生时，口腔中没有牙齿，到6个月以后乳牙才逐渐萌出。但是有少数的婴儿在出生时，口腔内就有1~2个牙齿，这称为“出生牙”或“分娩牙”，另在出生后30天内萌出的牙又叫新生牙，这都属于乳牙早萌。这种现象在1万个婴儿中有5个左右会出现，其原因可能与牙胚距口腔粘膜太近或与家族遗传有关。有人称此牙为鬼牙，认为不吉利等，这当然是迷信。据说，5岁即位曾重建凡尔赛宫的法兰西国王路易十四，出生时嘴里就有两颗牙齿。这种早萌的乳牙以下切牙最为多见，常影响吸奶或将母亲的乳头咬伤，又由于婴儿的口底较浅，吮吸时磨擦舌系带等软组织可产生褥疮性溃疡。如果影响不大时可不必处理，如有影响应改用汤匙喂奶，调磨牙齿的切缘，溃疡局部可涂布龙胆紫。但应注意的是，如产生褥疮性溃疡，这种溃疡一般有慢性增殖性的改变，易误认为是肿瘤而取活检或切除，这样做不但不能治愈，反而会造成严重的大出血。另外要特别注意早萌的松动牙齿，这种早萌的牙齿可能是正常的乳牙，也可能是正常乳牙以外的多生牙，不论是以上哪种情况，如果牙根过短或根本没有牙根，牙齿十分松动就应该拔除，以免自行脱落误入呼吸道而危及生命，因而家长要密切注意，如发现早萌牙的乳牙过于松动，应及时去医院及早拔除，以免发生后患。

孩子长了“马牙子”怎么办

初生或出生不久的婴儿,在相当于牙槽嵴的粘膜上可出现乳白色的大小不等的,有的小如粟粒,有的比米粒还大的片状、球状或牙状物,俗称“马牙子”或“板牙”,应与乳牙相区别。首先,“马牙子”一般在出生后1~2月时长出,正常乳牙一般在出生后6个月后逐个长出,马牙子的形状和大小都不象乳牙,没有牙冠、牙根,更无牙釉质、牙本质等结构。其次,“马牙子”只是一种构成牙齿的上皮组织所形成的角化物(即牙板上皮残余增殖所形成的角化物),因而数目也不等。还有,“马牙子”在逐渐接近粘膜表面后,可自行脱落,因而家长不要因为它的脱落,而误认为是乳牙早脱而担心,更不要在“马牙子”尚未脱落期间,家长用针特意剔除或用力摩擦,这样,都可能造成粘膜创伤,并引起继发感染,此举有害无益。

婴幼儿迟迟不长牙怎么办

乳牙萌出时间一般可作为婴幼儿发育成长的标志。牙齿的萌出有以下三个特点:(1)牙齿萌出有一定的顺序。(2)每个牙齿的萌出有一定的时间限度。(3)左右两侧的同名牙是成对萌出的。乳牙萌出的平均年龄见下表

乳牙萌出的平均年龄表(月)

牙 位	下 颌					上 颌				
	I	II	III	IV	V	I	II	III	IV	V
年龄(月)	8.6	13.5	17.6	20.2	27.0	10.8	12.5	17.6	19.7	27.1

萌出年龄的个体差异,一般在一年左右,均属正常生理范

围。正常婴儿约在出生后6个月左右可萌出第一颗乳牙。一般到2岁半时,小儿口腔内有20个乳牙。这也就是说,在这段时间中萌出乳牙均为正常,即使幼儿1周岁左右萌出第一个乳牙,也都可认为是正常的,但超过1周岁以上,长期不长第一个乳牙,这就是我们常说的牙齿晚萌,那就应考虑有无全身性疾病或障碍,如佝偻病、克汀病、重度营养缺乏、先天梅毒、麻疹等疾病,这常会使乳牙的生长、发育、钙化和萌出发生障碍,这时必须去医院做全面检查、治疗。但决不能在未查明原因之前就盲目地增加营养或用内分泌治疗来促萌,这既不恰当也不能解决问题。

出牙前孩子流口水怎么办

婴儿初出牙时,常有流口水、焦躁、喜欢咬硬物或将手放在口内,或哺乳时咬奶头等表现。有时还伴有牙龈局部红肿、消化不良、睡眠不好、低烧或轻微腹泻等症状,这可能与牙齿穿透牙龈较慢,牙龈轻度发炎等有关。在一般情况下,3~4天内会自然缓解,但有时症状比较严重时,会出现体温上升,甚至呕吐、痉挛,此时应去医院将肿胀切开,症状可立即缓解。流口水一般不用特殊处理,但要注意用柔软的纱布等物轻轻吸干,以免长期潮湿加上擦伤引起细菌和霉菌感染,造成口角炎等。

孩子不肯刷牙怎么办

刷牙是清洁牙齿,维护牙周组织健康,保持良好的口腔卫生的重要措施。使用正确的刷牙方法,养成每天刷牙的良好习惯,不仅能清除致病的菌斑、软垢、食物残渣,达到预防龋病的作用,还可对牙龈起按摩作用,以增进牙龈组织的血液循环和

口皮角化,提高对局部刺激的防御能力,维护牙龈的健康,因而对儿童进行刷牙方法的教育、指导、训练至关重要。儿童 1 岁半前,为乳牙萌出的初期,一般只能由父母亲帮助作口腔清洁工作。具体方法是在父母亲的拇指和食指上缠上消毒纱布,在牙齿的唇舌面轻轻仔细地揉搓,逐个清洁,待切牙完全萌出后,可将小儿仰放在腿上,左手掀开上唇露出切牙,右手置牙刷横放牙面,作小旋转动作刷洗,之后改用上牙向下刷,下牙上刷的垂直刷洗法,以利于牙齿的清洁,在咬殆面作颊、舌方向刷洗。待儿童 1 岁半以后,乳尖牙已经萌出,幼儿一般已理解上、下、左、右的意思,手指运动也灵活一些,此时,可指导幼儿象“握手”那样手持牙刷练习刷牙,但要进行全部乳牙的刷牙训练,一般要到 2 岁以后,具体方法是,从最后乳磨牙开始,沿牙龈缘逐个向前移动,进行颊面的描圆法或垂直法刷洗。

有些孩子不肯刷牙,常给大人带来烦恼,特别是这样的孩子口腔卫生较差,常可造成龋齿和牙龈出血等疾病,对孩子的孩子应作好以下的工作:

(1)父母亲要具有口腔卫生的保健知识,切实关心孩子的口腔健康。

(2)对孩子的刷牙要求要实事求是,一般在 1 岁半以后可以开始培养、训练,三岁才是有规律地坚持刷牙的最佳开始时间。因为,此时乳牙已完全萌出,孩子具有了思维和模仿能力,对成人刷牙的动作感兴趣并学习模仿,只要耐心指导,会很快掌握简易的刷牙方法。

(3)要耐心、反复给孩子讲明刷牙的重要性。

(4)选择大小合适的牙刷。在孩子开始练习刷牙时,可选用牙刷毛高度为 8mm 的软毛牙刷,6 岁后可选用刷毛为 9mm、刷头长 20mm 的牙刷,这样,用合适的刷头刷牙,将不

会擦伤孩子口腔的软组织。

(5)父母要做出表率,可用和孩子一起刷牙的方式激励儿童自觉刷牙。

要选择合适的牙刷该怎么办

刷牙既要达到清洁牙齿的目的,又要不造成对牙齿和牙龈的损伤,就必须选择合适的牙刷。目前,市场上出售的牙刷各式各样,但要选择一把合适的牙刷应根据什么呢?一般要根据年龄、口腔的状况和刷牙的要求。如儿童使用的牙刷,刷头应小,适合儿童的口腔,因为儿童口腔中的牙龈组织细嫩,上皮角化低,刷头过大会造成牙龈的损伤。另外除了刷头的大小,对刷毛也有一定的要求,一般刷毛需软而富有弹性,刷毛选用的材料最初是选用猪鬃,但现在已几乎全部使用尼龙丝,目前我国已试制成改性聚酯丝,这种材料不仅有一定的弹性和韧性,且表面光滑,釉质的磨损比尼龙丝小,很适合于儿童和牙周病患者使用。

我国设计生产的牙刷,一般采用尼龙丝和塑料柄制成,其设计标准可供人们选择牙刷时参考。

	幼 儿	7~12 岁	13~18 岁	成 人
牙刷全长(mm)	115~120	150~155	155~160	160~180
刷头长度(mm)	16~18	24~28	26~30	30~35
刷头宽度(mm)	9~8	9~11	9~11	10~12
毛束高度(mm)	8~9	9~10	10~11	10~12
毛束排列(排)	2~3	3	3	3~4
刷毛直径(mm)	0.18	0.18	<0.2	0.2~0.3

如果口腔中带有特殊的固定矫治器或固定修复体应在医生的指导下使用各种特异型牙刷。

孕产妇的牙齿保健该怎么办

俗话说：“生一个孩子，掉一颗牙。”这不无道理。孕产妇由于内分泌的改变和营养的失调，一般易发生牙龈炎，特别是妊娠性龈炎，还可使牙周炎加重及冠周炎发作，而且产妇一般多吃鸡蛋、红糖水、鸡汤等甜腻而富有营养的食物，这些食物是口腔细菌良好的养料，再加上孕妇一般活动少、睡眠多，唾液分泌量减少，使其对牙齿的冲洗清洁作用大为减少，这时如果口腔卫生措施不力，势必使细菌大肆繁殖，使各种牙病加剧变重，同时其毒素还会影响全身健康。因此，孕、产妇应较平时更要注意牙齿的卫生。那么，孕产妇应如何进行口腔保健呢？

(1)如孕、产妇身体极为虚弱，可在短期内用勤漱口来代替刷牙，特别是可用漱口药液。但一旦体力恢复，应尽早恢复刷牙，产妇不刷牙的陋习是不可取的。

(2)多食蔬菜、瓜果等含粗纤维的食物，因为粗纤维食物在咀嚼时会对牙齿产生机械擦洗作用，从而有利于牙齿的清洁，从而达到预防龋病的目的。

(3)从优生优育方面考虑，婚前应检查口腔情况，发现牙病要及时治疗，以免在妊娠和分娩后，牙病发作而造成痛苦。

(4)孕妇要预防风疹、毒血症等疾病，否则出生的孩子的牙齿易患釉质发育不全等疾病。

(5)孕妇应每二个月去医院检查一次牙齿，这样可使牙病得到及时治疗，还可使缺失牙齿尽早镶戴义齿(假牙)，同时，也可接受卫生宣教，以便使孕妇保持良好的咀嚼功能，有利于孕期、产后对营养物质的大量需要和吸收，使将来的孩子也有