

口腔卫生保健丛书

Oral Health Care Series

主编：高志炎 李存荣



农村

口腔卫生保健

Oral Health Care in Countryside

高志炎 李存荣 编

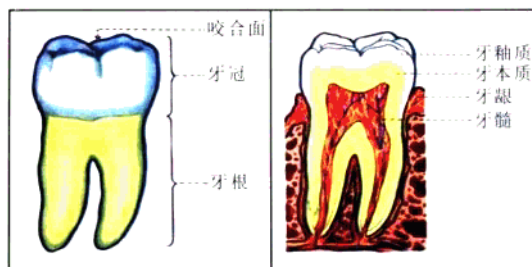


上海市口腔病防治院

同济大学口腔医学院

同济大学出版社

牙齿的结构



牙齿外形

牙齿内部结构

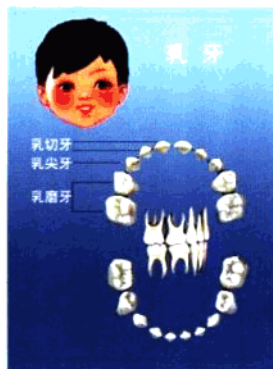
从外形看，牙齿由牙冠、牙根、牙颈组成。从剖面看，是由坚硬的牙釉质、牙本质、牙骨质和含有神经、血管的软组织——牙髓等组成。

牙齿的功能

牙齿功能的分工

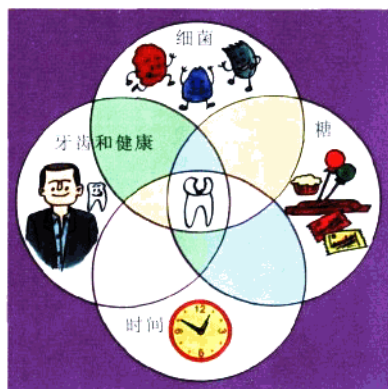


牙齿的名称、萌出和脱落的时间

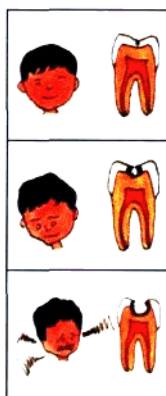


人的一生有两副牙齿，第一副称乳牙，在人出生后六个月左右萌出，到二岁半左右出齐，共20颗。第二副称恒牙，六岁左右萌出，二十岁左右出齐，共28~32颗。当恒牙逐个萌出时乳牙相继脱落，这个时期称为换牙期。

龋病的病因及症状



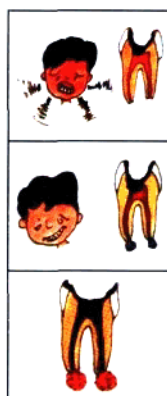
龋病的发展与症状



浅龋(釉质龋):
龋坏限于釉质层, 不疼。

中龋(牙本质浅层龋):
有时对冷、热、酸、甜刺激较敏感。

深龋(牙本质深层龋):
对冷、热、酸、甜刺激有明显疼痛。

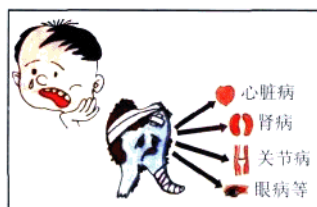


牙髓炎:
剧烈的阵痛, 自发痛, 夜间疼难以入睡。

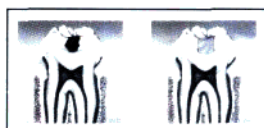
根尖炎:
由牙髓感染导致根尖发炎、疼痛, 面部肿胀。

残冠:
牙冠破坏及根尖病变更严重, 无法治疗, 只能拔除。

牙病对全身的影响



龋病的治疗



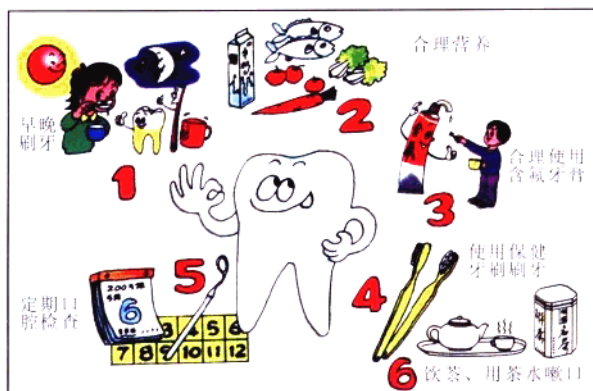
充填治疗:
终止龋病发展, 恢复牙齿的外形和功能。

根管治疗:
在牙髓有炎症、牙髓坏死或根尖周围有炎症的情况下, 需要做根管治疗。

龋病的预防



防龋六部曲



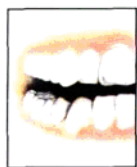
使用氟化物护牙



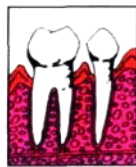
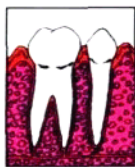
牙周疾病的病因

牙周疾病是一种多因素疾病，局部因素有：牙石、食物嵌塞、错殆等；全身因素有内分泌疾病（糖尿病）、遗传疾、维生素缺乏等，而起动因素——牙菌斑是牙周疾病的主要因素。

牙周疾病的形成、发展与各时期的症状



健康的牙龈呈粉红色，结实而不会出血的。



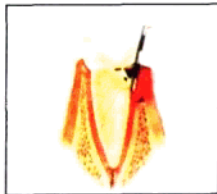
牙菌斑膜是导致牙周疾病的主要因素。

牙龈炎



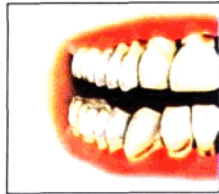
牙龈发炎、红肿，容易出血

牙周炎



牙菌斑膜钙化后形成牙石，牙石逐渐在牙齿周围积聚，细菌会经此侵袭牙周膜，牙周袋便会形成。这是早期的牙周病。

牙龈萎缩

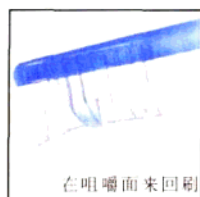
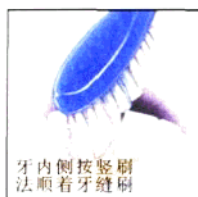
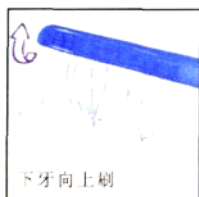
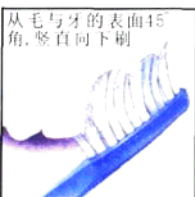


早期性的牙周病如继续恶化及蔓延至根底部，导致牙龈萎缩，牙齿移位，牙槽骨被侵蚀吸收，牙齿摇动，最后牙齿会脱落。

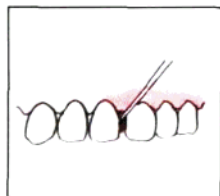
牙周疾病的预防

牙周病防治的原则是：①有效刷牙，清除牙菌斑；②改善食物嵌塞；③矫治错殆畸形；④破除不良生活习惯（戒烟）；⑤制作良好的修复体；⑥治疗引起牙周病的全身疾病（糖尿病、血液病等）。

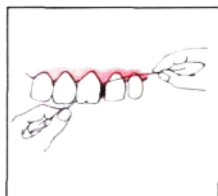
正确有效地刷牙、清除牙菌斑



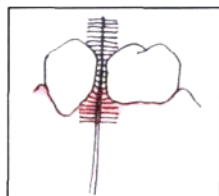
改善食物嵌塞



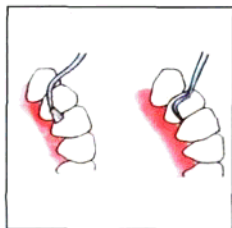
牙签使用



牙线使用



间隙刷刷牙



牙周洁治, 去牙石



定期检查, 早发现、早诊断、早治疗

拔牙

随着口腔医学的发展，许多病牙可以通过各种保存疗法而恢复功能，只有当牙病发展到无法治疗或影响身体健康，以及影响恒牙萌出，或为矫正牙齿需要，才考虑要拔牙。

拔牙的适应症：

1. 无法进行修复和没有保存价值的残根、残冠；晚期牙周病；根尖周围病变广泛，无法治疗。

2. 易引起各种病变的阻生牙。

3. 影响美观的牙齿——多生牙、错位牙。

4. 为矫正错颌畸形，需要拔的牙。

5. 乳牙滞留。

6. 常引起口腔颌面部炎症，或怀疑与全身疾病有关系的病灶牙。



拔牙是一种小手术，在拔牙过程中会出现血压升高、心率加快、精神紧张和暂时性菌血症等现象，因此患有全身某些系统疾病的患者，在拔牙时可能会发生严重的并发症，应慎重对待。中老年人拔牙应向医生说明自己的健康状况，测量血压，有心脏病的人如牙疼影响饮食，睡眠时，可以在心电图监护下拔牙。

拔牙注意事项

不要紧张

医患共同注意应拔的牙

拔牙后轻咬纱布止血



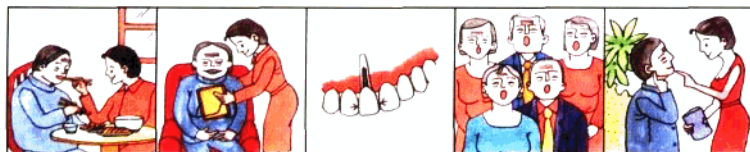
半小时后吐掉纱布

2小时内不吃热硬食物

如出血过多，应及时就诊

老年人镶牙

老年人镶牙有什么好处



恢复咀嚼功能

维持人的面容

避免正常牙齿移位

帮助发音

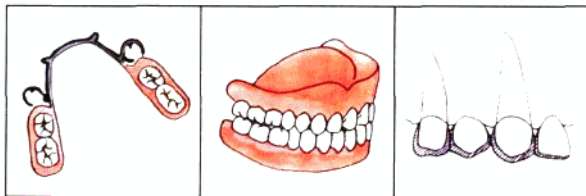
预防引起下颌
关节疾病

老年人装什么假牙好

活动假牙

全口假牙

固定假牙



种植牙



种植治疗中

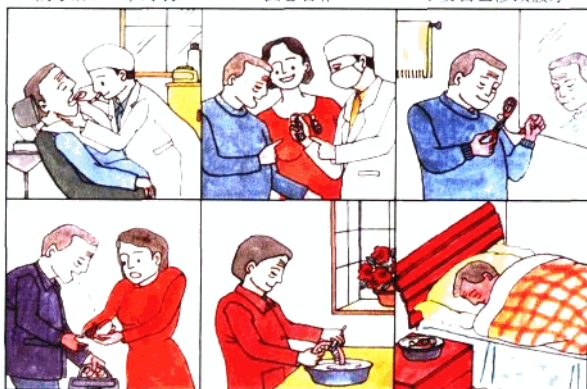


义齿修复后

拔牙后2~3个月装

医患合作

不要自己修改假牙



保护假牙 避免损坏

及时清洁假牙

不要戴活动假牙睡觉

怎样装好用好假牙

善待牙齿 增进口腔健康



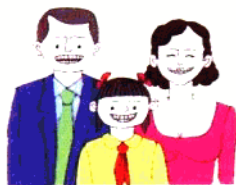
用含氟牙膏
正确刷牙



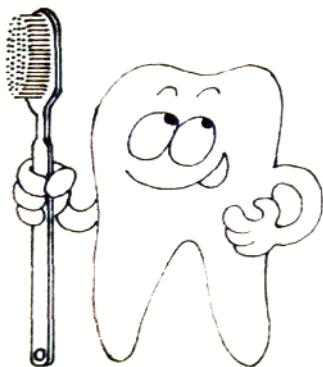
使用保健牙刷



少吃含糖食品
有益口腔健康



健康的牙齿，美好的微笑



吸烟有害口腔健康



合理营养
健齿强身



避免牙齿损伤



健康的生活
需要口腔卫生



天天刷牙 自我检查



爱护牙齿，从小做起

序言

在我国口腔保健工作发展的过程中有两件具有里程碑意义的大事，这就是全国牙病防治指导组（简称牙防组）的成立和全国爱牙日的确立。这两件事都发生在同一年——1989年。这不是巧合而是有深刻的内在联系。

1989年春节刚过，我国著名的老一辈口腔医学专家、全国各大口腔医学院的院长和长期从事口腔预防保健工作的专家欢聚北京，参加全国牙防组成立暨全国牙防组第一次工作会议。已故原卫生部陈敏章部长百忙中也参加了会议。会议的主要议题是讨论全国牙防组成立后如何开展工作，如何迅速开创我国牙病防治的新局面。与会者一致认为开展群众性的口腔健康教育是当务之急和重中之重。当时我们面对的是“牙疼不是病”的错误观念根深蒂固，“人老掉牙”认为是天经地义。大约有一半的人没有养成刷牙的习惯。80%的学龄前儿童有蛀牙，80%的青少年有牙龈炎，几乎100%的老年人牙齿有丢失。数亿颗的龋齿要补，成吨的牙结石要消除，上万颗缺失的牙要修复。可是全国平均每5万人口才有一名牙科医生。面对这样严峻的局面，中国牙病防治的出路只有一条，这就是深入持久地开展群众性的口腔健康教育活动，把口腔健康的金钥匙交给群众。于是在那次会议上提出了在我国建立“全国爱牙日”的倡议，当即得到陈部长的肯定和赞赏。会后由卫生部，国家教委，文化部等九个部委联合下发文件，确立每年的9月20日是“全国爱牙日”。今年已经是第十五个爱牙日了。十五年来，全国牙防组始终把组织开展爱牙日活动作为重要任务来抓，紧紧依靠卫生部和各级卫生行政部门的领导，发挥广大口腔医

务人员的主导作用，积极动员社会广泛参与，多方合作，利用大众传媒和各种形式的健康教育手段，强化“爱牙、健齿、强身”的观念，普及口腔自我保健知识，养成以早晚刷牙为主的良好口腔健康习惯和行为，取得了显著的成绩。据调查，1989年刚开始爱牙日时，只有50%的人每天早晚刷牙，到了2000年增加到74%。使用含氟牙膏的人从13%增加到54%。

2

全国牙防组重视口腔健康教育工作，提倡口腔科医生和牙防工作者多写口腔保健科普文章，多编写适合各种人群的形式多样的科普读物、挂图及声像制品。几年来全国牙防组编制了大量的口腔健康宣传教育材料，深受广大牙防工作者和群众的欢迎和喜爱。欣喜的是由同济大学口腔医学院的高志炎教授和上海市口腔病防治院的李存荣主任主编的《口腔卫生保健丛书》又与广大读者见面了。我与高志炎和李存荣很熟，知道他们长期从事口腔预防保健工作，在各自的工作中取得了突出的成绩。特别在口腔健康教育方面他们都有丰富的经验。高志炎长期负责《牙齿保健之友》报的编辑工作。李存荣曾主持编辑《2000年上海市儿童口腔卫生绘画作品选》。这次他们主编的《口腔卫生保健丛书》既考虑到重点人群口腔保健的需要，又照顾到农村和社区这两个口腔保健的重点领域，这也算是这套丛书的一个特点吧。针对不同人群，其写作风格和版面设计完全不同，尽量做到适应不同人群的需要。图文并茂，通俗易懂，虽然不敢说做到了融科学性、知识性和趣味性于一体，但至少可以说是朝着这个方向努力的又一次尝试。这套丛书的出版发行得到了全国牙防组的指导和支持，并得到上海雪豹日用化学有限公司的无私帮助，使得全国牙防组可以

将这套丛书作为第十五届全国爱牙日的特殊礼品，免费赠送给全国县（区）以上的医疗卫生单位，这样的善举尚属首次，将对全国牙防工作的发展起到积极的推动作用。

我希望这套丛书能让妈妈们知道有责任呵护宝宝的牙齿健康；让儿童知道爱护牙齿应从小做起；让老年人知道健康的牙齿可以伴您终生；让农民兄弟知道健康的生活需要口腔卫生；让广大群众知道口腔健康是社会文明的标志。让我们善待牙齿，享受人生。

张博学

2003年8月





前言

为了开展口腔卫生保健工作的需要,围绕我国“2010年全国口腔卫生保健规划目标”的要求,在卫生部全国牙病防治指导组、上海市口腔病防治院、同济大学口腔医学院的支持下,我们根据婴幼儿、青少年、老年、社区、农村五个不同人群的防治工作特点,编写了《口腔卫生保健丛书》,着重体现“寓教于乐”的科普内容,强调科学性、启发性和适用性,为开展口腔卫生保健活动,提高群众口腔健康自我保护能力,提供一些有益的帮助。

《婴幼儿口腔卫生保健》为一本图册,图文结合,可通过家长、幼儿园教师向婴幼儿讲解过程中,提高婴幼儿口腔卫生知识的兴趣和培养良好的口腔卫生习惯。

《青少年口腔卫生保健》用漫画和图文并茂形式介绍青少年常见的口腔疾病,是一本寓教于乐的口腔健康科普读物,以在校大中小学生为读者对象。

《老年口腔卫生保健》对老年人口腔组织结构、常见牙病、口腔黏膜病、镶牙、全身疾病与口腔病等的发病特点和防治方法作了图文结合的介绍。

《社区口腔卫生保健》以社区口腔卫生保健工作、社区口腔病防治为主要内容。介绍社区口腔卫生保健基本概念和内容、社区口腔健康教育、社区口腔卫生统计、社区口腔健康监测等工作常识,对龋病、牙周疾病为主要内容的口腔卫生三级预防保健知识等也作了阐述,图文并茂。本书以社区人群、社区医务人员、民营口腔医生和口腔卫生防治工作者为主要读者对象。

《农村口腔卫生保健》介绍口腔和牙齿组织结构、



口腔常见疾病及其适宜的防治方法，其中中医药治疗牙病为农村开展牙病防治提供了更多的办法。本书以广大农民兄弟、农村医生和预防保健工作者为主要读者对象。

在本套丛书编写过程中，承蒙张博学教授（北京大学口腔医学院）、苏剑生副教授（同济大学口腔医学院）、沈霖德院长（上海市口腔病防治院）的支持与帮助，以及陈国民副教授（陈国民口腔诊所）的协助，在此表示衷心的感谢。

谨以此套丛书作为“第十五届全国爱牙日”的礼物，奉献给全国同行和广大的读者。

由于时间较仓促，错误在所难免，敬请广大读者不吝指正。

主编

2003年6月于上海



目录

(一) 口腔的结构和功能

口腔包括哪些部位?	1
牙齿由哪几部分构成?	1
牙齿的组织结构是怎样的?	2
人的牙齿有几副? 每副牙有几颗?	2
新生婴儿有没有牙齿?	3
乳牙有什么特点?	3
乳牙有什么作用?	3
婴儿什么时候出牙?	4
乳牙什么时候被恒牙所替换?	4
恒牙什么时候出齐?	5
牙齿的形态、大小为什么不一样? 它们的功能怎样? ..	6
恒牙已经萌出, 乳牙不肯让位怎么办?	8
5~6岁的儿童牙齿排列变稀是什么原因?	8
新换出来的两个大门牙之间怎么会有缝隙?	8

(二) 龋病的病因及防治

龋病是怎么发生的?	9
龋齿有哪些症状?	11
牙的哪一面最容易发生龋齿?	12
“奶瓶龋”是怎样造成的?	13
什么叫猖獗龋?	13
儿童的乳牙蛀了需要补吗?	13
儿童龋病有哪些特点?	14
农村乳牙龋病的特点有哪些?	15
“六龄齿”非常重要, 怎样保护它?	15



牙髓发炎为什么特别疼? 怎样治疗?	16
如何治疗龋齿?	17
补牙是怎么回事?	18
补牙材料有哪些?	20

(三) 牙周病的防治

牙齿周围有哪些组织?	20
什么叫牙菌斑?	21
为什么要控制牙菌斑?	22
怎样控制牙菌斑?	22
牙结石是怎么形成的? 如何治疗?	22
好好的牙齿为什么会变松动?	23
什么是牙周疾病?	24
牙周病的致病因素有哪些?	25
什么是牙龈炎?	26
哪些原因可以引起牙龈出血?	27
青春期龈炎有什么症状?	28
孕妇为什么会发生妊娠期龈炎?	29
什么叫牙周炎?	30
青少年牙周炎有哪些特点?	31
什么是牙周脓肿?	32
牙周萎缩有哪些症状?	34

(四) 口腔疾病与系统性疾病

为什么说牙病不早治可引发全身疾病?	35
口疮为什么会常常复发?	37



(五) 老年人牙病的特点及保健

农村老年人的牙齿有哪些常见的问题?	38
何谓楔形缺损? 它是如何造成的? 怎样防治?	39
农村老年人怎样保护好牙齿?	40
老年人治疗牙病时要注意些什么?	41
得了口臭怎么办?	42

(六) 中医药诊治口腔疾病

中医药在口腔疾病诊治中有哪些作用?	44
中医怎样诊治龋病(蛀牙)?	44
中医怎样诊治牙髓炎?	45
中医怎样诊治牙周病?	46
中医治疗口腔黏膜病有什么药方?	48
中医治疗口腔炎症有哪些局部用药?	48

(七) 拔牙与牙外伤

哪些牙齿需要拔?	49
怎样保护拔牙后的创口?	51
什么是“尽根牙”?	52
长智齿为何会疼痛发炎?	52
牙齿折断了怎么办?	53
年轻人恒切牙(门牙)碰伤后有什么症状?	55

(八) 镶牙与假牙的保护

牙齿缺失为什么要镶牙?	55
拔牙后什么时候装假牙最合适?	57