

YABING FANGZHI 190ZE

牙病防治 190 则

谢惠兰 张凌夫◎编 著



金盾出版社

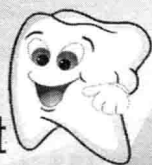
牙病防治190则

yabing fangzhi 190 ze

谢惠兰 张凌夫 编著



金盾出版社





内 容 提 要



本书简要介绍了牙的组成、成分,以及牙病的病因、病理、临床表现、辅助检查等基础知识,详细介绍了牙病基本防治、牙齿修复、儿童及青少年口腔保健、孕期口腔保健、老年牙病保健及日常生活中口腔保健常识等。其内容集科学性、知识性、实用性为一体,适合基层医师及牙病患者阅读参考。

图书在版编目(CIP)数据

牙病防治 190 则/谢惠兰,张凌夫编著. — 北京:金盾出版社, 2014. 10

ISBN 978-7-5082-9343-1

I. ①牙… II. ①谢…②张… III. ①牙疾病—防治 IV. ①R781

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 059883 号

金盾出版社出版、总发行

北京太平路 5 号(地铁万寿路站往南)

邮政编码:100036 电话:68214039 83219215

传真:68276683 网址:www.jdcbs.cn

封面印刷:北京印刷一厂

正文印刷:北京军迪印刷有限责任公司

装订:兴浩装订厂

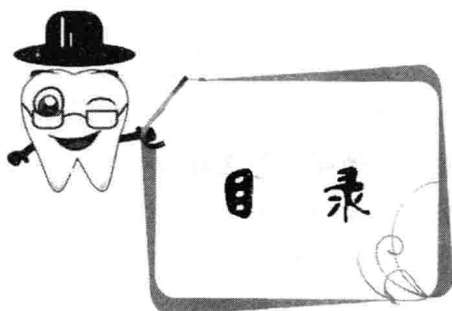
各地新华书店经销

开本:850×1168 1/32 印张:8.125 字数:162 千字

2014 年 10 月第 1 版第 1 次印刷

印数:1~4000 册 定价:20.00 元

(凡购买金盾出版社的图书,如有缺页、
倒页、脱页者,本社发行部负责调换)



一、牙病的基础知识

1. 人的一生有几副牙 (1)
2. 牙齿是由哪几部分组成的 (2)
3. 牙齿的生长发育和萌出 (4)
4. 牙齿的分类及功能 (6)
5. 人类的牙齿有多大的咬合力 (7)
6. 牙齿周围有哪些组织 (8)
7. 唾液有什么功能 (9)
8. 有几种情况为牙齿发育异常 (10)
9. 牙齿不好是遗传的吗 (12)

二、牙病防治常识

1. 什么是牙菌斑 (14)
2. 什么是龋病 (16)
3. 龋病的类型 (17)
4. 形成龋病的病因有哪些 (19)
5. 唾液与龋病 (21)
6. 龋病与人体的免疫功能 (22)
7. 龋病与吃糖 (23)



牙病防治190则

8. 龋病会传染吗 (24)
9. 龋病会痛吗 (24)
10. 牙齿的颈部为什么会有一道小沟 (26)
11. 牙齿遇冷热酸甜敏感了怎么办 (28)
12. 什么叫隐裂牙 (29)
13. 牙髓炎的病因及症状有哪些 (30)
14. 根尖周炎的病因及症状有哪些 (32)
15. 牙痛时吃药有用吗 (34)
16. 治疗龋齿有哪些办法 (35)
17. 什么叫盖髓术 (37)
18. 补牙有哪些材料 (37)
19. 补牙一般需要几次完成 (39)
20. “抽牙神经”术 (40)
21. 根管治疗术 (41)
22. 什么是显微根管治疗 (42)
23. 根管治疗会痛吗 (43)
24. 为什么治疗过的牙齿有时还会疼痛 (44)
25. 补牙材料为什么会松动、脱落 (45)
26. 牙神经没了会对牙齿有影响吗 (47)
27. 为什么根管治疗后的牙齿要做牙冠 (47)
28. 严重龋坏的牙齿能保留吗 (48)
29. 引起牙齿变色的原因 (49)
30. 氟斑牙 (50)
31. 四环素牙 (52)
32. 着色牙的治疗 (54)
33. 牙齿折断了怎么办 (55)
34. 牙齿掉了怎么办 (56)





35. 什么是牙周病	(58)
36. 牙周病的病因	(59)
37. 牙石的形成	(61)
38. 天天刷牙还是会长牙石吗	(62)
39. 口腔中为什么会有异味	(63)
40. 牙龈为什么会出血	(65)
41. 牙周袋	(66)
42. 牙周萎缩	(67)
43. 牙齿为什么会松动	(69)
44. 青春期龈炎	(70)
45. 青少年牙周炎	(71)
46. 牙周炎和牙髓炎的关系	(73)
47. 牙缝为什么会塞东西	(74)
48. 药物对牙周病有效吗	(76)
49. 什么叫洗牙	(77)
50. 怎样除去牙面上的烟斑和茶垢	(79)
51. 松动牙齿的固定	(80)
52. 常见的牙周病手术	(81)
53. 牙周病疗效的维护	(82)
54. 中医是如何治疗牙周病的	(83)
55. 吸烟与牙周病的关系	(84)
56. 心脏病与牙周病的关系	(86)
57. 糖尿病与牙周病的关系	(86)
58. 什么是口腔溃疡	(87)
59. 怎样治疗和预防口腔溃疡	(88)
60. 口腔扁平苔藓的治疗	(89)
61. 口腔黏膜白斑是癌吗	(90)



牙病防治190则

- 62. 什么样的牙齿需要拔除 (91)
- 63. 拔牙的禁忌证有哪些 (92)
- 64. 拔牙前应做哪些准备 (94)
- 65. 拔牙后应注意什么 (95)
- 66. 拔牙后伤口疼痛怎么办 (96)
- 67. 拔牙后出血怎么办 (97)
- 68. 智齿一定要拔除吗 (97)

三、牙齿修复常识

- 1. 为什么牙齿缺失后要镶牙 (99)
- 2. 牙齿拔除后何时镶牙最合适 (100)
- 3. 镶牙前应该做哪些准备工作 (101)
- 4. 什么叫覆盖义齿 (102)
- 5. 什么情况下适合做覆盖义齿 (103)
- 6. 如何选择覆盖基牙 (104)
- 7. 初戴义齿时应该注意的事项 (106)
- 8. 什么是金属烤瓷牙 (107)
- 9. 什么是全瓷牙 (108)
- 10. 烤瓷牙的种类 (110)
- 11. 什么是固定桥 (111)
- 12. 义齿是固定的好还是活动的好 (113)
- 13. 什么是贴面 (114)
- 14. 什么是嵌体 (116)
- 15. 美容冠 (118)
- 16. 种植牙 (119)
- 17. 种植牙会坏吗 (121)
- 18. 哪些人适合做种植牙 (122)





- 19. 种植牙和烤瓷牙会影响做磁共振吗 (123)
- 20. 装义齿不能找马路边的江湖医生 (124)
- 21. 美容牙科 (126)

四、婴幼儿、儿童及青少年口腔保健知识

- 1. 婴儿生下来就有牙是正常的吗 (128)
- 2. 新生儿要做口腔健康检查吗 (129)
- 3. 喂养方式会影响婴儿颌面部的发育吗 (130)
- 4. 婴儿牙齿萌出晚是缺钙吗 (131)
- 5. 什么叫奶瓶龋 (132)
- 6. 为什么乳牙特别容易龋坏 (133)
- 7. 乳牙龋坏要治疗吗 (134)
- 8. 婴幼儿应该定期进行口腔健康检查 (136)
- 9. 婴幼儿饮食与牙齿健康的关系 (137)
- 10. 小儿口齿不清怎么办 (138)
- 11. 什么叫鹅口疮 (139)
- 12. 什么是手足口病 (141)
- 13. 用嚼碎后的食物喂孩子不科学 (143)
- 14. 如何避免蛀牙的母子间传播 (144)
- 15. 双层牙出现的原因及治疗方法 (145)
- 16. 乳牙不宜过早拔除 (146)
- 17. 恒牙晚出怎么办 (147)
- 18. 什么叫六龄牙 (148)
- 19. 什么叫窝沟封闭 (149)
- 20. 儿童的哪些不良习惯容易引起蛀牙 (151)
- 21. 吃糖的方式与龋病的关系 (152)
- 22. 饮料对牙齿的影响 (153)



牙病防治190则

- 23. 乱吃零食对牙齿的影响 (154)
- 24. 有没有不蛀牙的糖食 (155)
- 25. 牙齿不好补钙有用吗 (157)
- 26. 儿童新牙齿很难看的原因 (159)
- 27. 换牙期间牙齿不齐怎么办 (160)
- 28. 什么时候长智齿 (160)
- 29. 智齿发炎时怎么办 (162)

五、牙齿正畸治疗常识

- 1. 什么是牙列不齐 (163)
- 2. 造成牙列不齐的原因 (164)
- 3. 牙列不齐的危害 (165)
- 4. 常见的错颌畸形 (166)
- 5. 口腔不良习惯引起的错颌畸形 (170)
- 6. 怎样预防牙列不齐 (171)
- 7. 适合矫治的年龄 (173)
- 8. 常见的矫治方法 (174)
- 9. 什么是矫治器 (175)
- 10. 戴矫治器的注意事项 (176)
- 11. 牙列不齐做矫治需要多少时间 (177)

六、孕期口腔保健知识

- 1. 孕前应该做口腔检查 (178)
- 2. 为什么怀孕后刷牙易出血 (179)
- 3. 怀孕期间牙龈增生怎么办 (180)
- 4. 怀孕期间牙痛怎么办 (181)
- 5. 坐月子可以刷牙吗 (182)





七、老年人口腔保健知识

1. 老年人牙齿的变化 (183)
2. 老年人牙周组织的改变 (184)
3. 老年人口腔黏膜的改变 (184)
4. 老年人牙齿哪些部位容易龋坏 (185)
5. 哪些老年人容易患龋病 (186)
6. 老年人为什么容易牙齿酸痛 (187)
7. 老年人为什么容易患牙周病 (188)
8. 老年人牙周病的治疗 (189)
9. 老年人病牙不拔的危害 (190)
10. 人老了牙齿就该脱落吗 (191)
11. 什么是义齿性口炎 (192)
12. 老年人口干症的特征 (193)
13. 什么叫灼口综合征 (194)
14. 老年人全身疾病与口腔疾病的关系 (195)
15. 老年人口腔癌的种类 (196)

八、口腔疾病预防保健知识

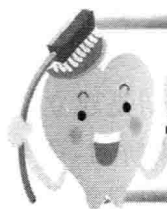
1. 如何正确刷牙 (198)
2. 如何选择牙刷 (201)
3. 如何保护牙刷 (203)
4. 一天要刷几次牙 (205)
5. 怎样检验牙齿刷的是否干净 (206)
6. 漱口能代替刷牙吗 (207)
7. 横刷牙的危害 (208)
8. 牙膏中有哪些成分 (209)



牙病防治190则

9. 牙膏的种类 (210)
10. 如何选择牙膏 (213)
11. 药物牙膏 (215)
12. 如何正确使用牙线 (216)
13. 如何正确使用牙签 (218)
14. 经常按摩牙龈有什么好处 (219)
15. 叩齿有益于牙齿健康 (222)
16. 进食后漱口对牙齿的好处 (223)
17. 吃饭时细嚼慢咽的好处 (224)
18. 喝茶能防龋吗 (226)
19. 如何预防龋病在家庭中传染 (228)
20. 预防龋病的方法 (229)
21. 氟化物是如何防龋的 (231)
22. 氟化物防龋的种类 (232)
23. 牙髓炎的家庭治疗和保健方法 (233)
24. 牙周炎的家庭治疗和保健方法 (234)
25. 龋病的三级预防 (235)
26. 牙周病的三级预防 (236)
27. 为什么不能把牙齿当工具使用 (237)
28. 孕妇如何进行口腔保健 (239)
29. 产褥期应如何注意口腔保健 (241)
30. 婴幼儿应如何进行口腔保健 (242)
31. 老年人应如何进行口腔保健 (245)
32. 残疾人应如何进行口腔保健 (246)
33. 如何保护新长出来的牙齿 (248)
34. 健康美丽的牙齿 (250)





一、牙病的基础知识

1. 人的一生有几副牙

人的一生共有两副牙齿,即乳牙和恒牙。

(1)什么是乳牙列:第一颗乳牙从婴儿出生后 6~8 个月开始萌出,一直到两岁半左右乳牙全部萌出,共 20 颗,分别为:4 颗乳中切牙,4 颗乳侧切牙,4 颗乳尖牙和 8 颗乳磨牙。此时的幼儿已经具备了较好的咀嚼功能,可以进食大部分的食物,有利于营养的均衡吸收(图 1)。

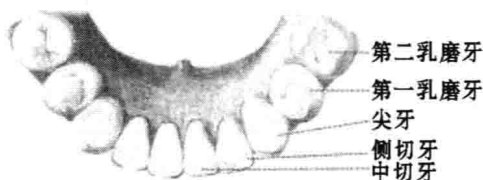


图 1 乳牙列

(2)什么是恒牙列:从 6 岁左右开始,乳牙逐渐脱落,恒牙逐渐萌出,一直到 14 岁左右,除了智齿外的恒牙全部萌出,形成了恒牙列。智齿一般在 18 岁后萌出。恒牙列有 28~32 颗,分别为:4 颗中切牙,4 颗侧切牙,4 颗尖牙、8 颗双尖牙(也称前磨牙)及 8~12 颗磨牙(包含智齿)。这些同



名牙齿都对称性地分布于上下颌骨两侧(图2)。在6~12岁的混合牙列期,人们容易把新长出来的恒牙误认为是乳牙而忽视对年轻恒牙牙病的预防和治疗。这一时期是建立恒牙咬合关系的关键时期,对于预防牙列不齐,早期矫治,诱导和建立正常咬合关系等,都具有重要的意义。恒牙是继乳牙脱落后第二副牙齿,恒牙自从萌出后就一直存在于口腔中,一般情况下不会脱落,若遇牙病或意外损伤而致脱落时,不会再有新牙替代。

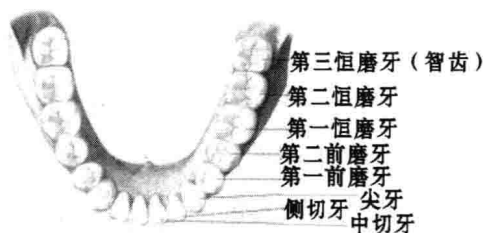


图2 恒牙列

由于人类在进化过程中生存环境和饮食结构的变化,使得颌骨缩短,第三恒磨牙(即智齿)全部或部分退化,在口腔中出现的数目是0~4颗,因而使牙齿的总数是28~32颗。

所以,在人的一生中一共有48~52颗牙齿,其中20颗为乳牙,28~32颗为恒牙。乳牙在口腔中存在的时间为5~10年,而恒牙在口腔中存在的时间较长,自萌出后就终身使用。

2. 牙齿是由哪几部分组成的

从外观来看,牙齿由牙冠、牙颈和牙根3部分组成。牙冠

一、牙病的基础知识



暴露于口腔中,主要发挥咀嚼功能;牙根包埋于牙槽骨中,是牙齿的支持部分;牙冠与牙根的交界处为牙颈。在牙根的尖端部有一个通过牙神经和血管的小孔,称为根尖孔(图3)。

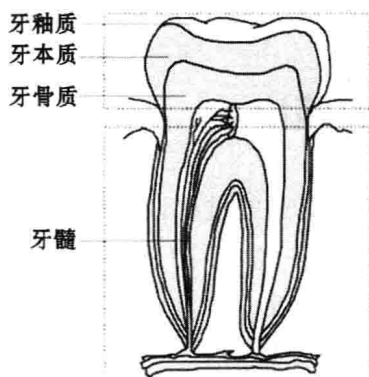


图3 牙齿的组成

牙齿从剖面来看,由牙冠、牙颈、牙根三部分组成。牙冠由牙釉质、牙本质、牙骨质和牙髓4部分组成。

(1)牙釉质:牙釉质在牙冠的最外层,呈半透明的乳白色或淡黄色,是牙体组织中高度钙化的最坚硬的部分,也是人体中最坚硬的组织,对咀嚼的磨损有较大的抵抗力。

牙釉质中无机物占96%,其余为有机物和水。无机物中主要成分为磷酸钙,以羟基磷灰石结晶的形式存在。

(2)牙本质:牙本质位于牙釉质的内层,构成牙齿的主体,色淡黄,硬度低于牙釉质,略高于骨组织。其中无机物占70%,有机物和水占30%,无机物主要为羟基磷灰石。牙本质内有很多小管,小管内有很多神经末梢,当牙齿龋坏或磨损至牙本质层时,牙齿会有酸痛的感觉。在牙本质的内层有一空腔,称为牙髓腔,是用来容纳牙髓的。

(3)牙骨质:牙骨质为牙根的表层,呈淡黄色,硬度与骨相似,无机物占50%左右,主要成分为钙、磷,也是以羟基磷灰石的形式存在。

(4)牙髓:牙髓位于牙齿中心部位,周围被牙本质包围。牙髓是充满在髓腔中的蜂窝状结缔组织,内含血管、神经和



淋巴管,能营养牙体组织,并能形成牙本质。当牙齿受到损伤的时候,牙髓会缓慢地形成修复性牙本质以抵御外界刺激。牙髓具有感觉和防御功能,牙髓中的血管、神经和淋巴管都通过根尖孔与外界相连。

3. 牙齿的生长发育和萌出

牙齿的生长发育是一个漫长而复杂的过程,它包括了牙齿的生长、钙化和萌出 3 个阶段。这一点不同于身体的其他器官,内脏器官只有生长期,骨骼系统也只有生长期和钙化期,而牙齿不经过萌出期是不能行使功能的。

每颗牙齿的发育都是先有牙冠,然后才有牙根,这与植物先生根,后发芽的规律截然相反。正常情况下,刚萌出的牙齿,牙根发育只完成了 $2/3$ 部分,余下的 $1/3$ 部分则在牙齿萌出以后继续发育。一般乳牙在萌出后 1 年左右,恒牙在萌出后 3 年左右,牙根才能完全形成。

(1)乳牙的发育和钙化:乳牙从胚胎第二个月开始发生,在出生前乳牙牙冠大部分已经钙化,到 3 岁多时牙根才能完全形成。因此,母亲在怀孕时身体健康、营养丰富,并且不接触影响牙齿正常发育的物质,乳牙才能长得好。

(2)恒牙的发育和钙化:从胚胎第四个月时开始发生,一直到最后第三磨牙萌出并形成牙根,大约需要经历 20 多年的时间。恒牙中只有第一磨牙在胎儿期钙化,其他牙齿都是在婴儿期和儿童期发育完成的。恒牙的钙化主要在学龄前阶段,如果这个时候儿童缺乏营养,对钙盐、磷酸盐、维生素和蛋白质等物质摄取不足,或者孩子患有全身性疾病如高



一、牙病的基础知识



热、肺炎和肾炎等，都会直接影响牙胚的生长发育，往往会导致长出来的牙齿颜色灰暗，没有光泽，表面凹凸不平，有蜂窝状牙组织缺损，牙齿的钙化程度低下，质地脆弱，容易龋坏和断裂等。所以，在这一阶段要加强营养和锻炼，重视儿童的身体健康，否则等到牙齿发育已经完成的时候再怎么补钙也无济于事了。

(3) 牙齿是如何萌出的：牙齿的萌出是按照一定的顺序、有规律的萌出的。一般是左右成对的萌出，下颌牙齿的萌出要略早于上颌同名牙齿，女孩的牙齿萌出略早于男孩，营养充足、身体健康的孩子要比营养缺乏、身体不好的孩子牙齿萌出早。

(4) 乳牙的萌出顺序：出生后 6~9 个月出乳中切牙，10~12 个月出乳侧切牙，13~15 个月出第一乳磨牙，16~19 个月出乳尖牙，20~28 个月出第二乳磨牙。如果超过 1 岁的婴儿口中还没有长出一颗牙，就应该去医院做检查，在排除了“先天性无牙畸形”之后，就应检查是否患有其他全身性疾病，如佝偻病、甲状腺功能低下及营养不良等，然后对症治疗，消除病因。

(5) 恒牙的萌出顺序：6~7 岁出第一磨牙（即六龄牙），7~9 岁出中切牙，8~11 岁出侧切牙，10~13 岁出第一前磨牙，11~14 岁出第二前磨牙，9~14 岁出尖牙，12~16 岁出第二磨牙，18 岁以后萌出第三磨牙（智齿）。尖牙和第一前磨牙的萌出顺序会有所不同，有时是尖牙早于第一前磨牙萌出，但有时第一前磨牙早于尖牙萌出，两种情况都属于正常现象。



4. 牙齿的分类及功能

如果按照牙齿在口腔中存在的时期和时间的长短来分,可以分为乳牙和恒牙;若是根据牙齿的形态和功能特点来分,牙齿可以分为4类:切牙、尖牙、双尖牙和磨牙。

(1)切牙、尖牙、双尖牙和磨牙:切牙位于口腔前部,上下左右共8颗,主要功能为切断食物。尖牙,俗称虎牙,也称犬牙,位于口角处,共4颗,尖牙的牙根长且大,牙尖突出,主要功能是穿刺和撕裂食物。双尖牙,又名前磨牙,位于尖牙之后,共8颗,有协助撕裂和捣碎食物的作用。磨牙,位于双尖牙后,共8~12颗,牙冠大,牙面结构复杂,便于磨碎食物。切牙和尖牙位于口腔前部,故合称为前牙,而双尖牙和磨牙位于口角之后,故合称为后牙。

(2)牙齿的功能:牙齿主要有咀嚼食物、发音、言语及保持面部正常形态等功能。

当食物进入口腔后,经过牙齿的切割、撕裂、捣碎和磨细等一系列加工过程,并与唾液混合,使唾液中的酶对食物起到消化和分解作用。同时,咀嚼力通过牙根传导至颌骨,还可以刺激颌骨的正常发育。

唇、齿、舌三者共同参与发音和言语,它们之间的位置关系,对于发音的准确性和言语的清晰程度有着重要的影响。尤其是前牙,如果它的位置异常,可直接影响发音的准确性;如果前牙缺失,则会影响齿音、唇齿音和舌齿音的发音。

牙齿和牙槽骨支撑面部软组织,并有正常的牙弓和咬

