

宝宝长牙的热身运动

如何选择专业儿牙医生

如何培养流利的口齿

顺序渐进学会咀嚼

婴幼儿口腔健康指南

GUIDE TO CHILDREN'S ORAL HEALTH

阮文华 郭琦 编著

营造良好的孕育环境,成就健康的牙齿
定期检治牙齿,让牙病远离孩子
牙痛怎么办?



浙江大学出版社

中国疾病预防控制中心
中国疾病预防控制中心
中国疾病预防控制中心
中国疾病预防控制中心

婴幼儿口腔健康指南

中国疾病预防控制中心妇幼保健中心 中国疾病预防控制中心

中国疾病预防控制中心



婴幼儿口腔健康指南

阮文华 郭 琦 编著

浙江大學出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

婴幼儿口腔健康指南 / 阮文华, 郭琦编著. — 杭州:
浙江大学出版社, 2005. 10

ISBN 7-308-04517-X

I. 婴... II. ①阮... ②郭 III. 婴幼儿—口腔保
健 IV. R788

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 119868 号

责任编辑 李桂云

出版发行 浙江大学出版社

(杭州市天目山路 148 号 邮政编码 310028)

(网址: <http://www.zjupress.com>)

(E-mail: zupress@mail.hz.zj.cn)

经 销 浙江省新华书店

排 版 浙江大学出版社电脑排版中心

印 刷 富阳市育才印刷有限公司

开 本 880mm×1230mm 1/32

印 张 10

字 数 288 千字

印 数 0001—6000

版、印次 2005 年 10 月第 1 版 2005 年 10 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 7-308-04517-X/R·187

定 价 16.00 元

内 容 提 要

本书以婴幼儿的生长发育为主线,体贴入微地介绍婴幼儿各个发育时期口腔健康保健的要点,内容涉及孕期的选择及保健、新生宝宝的口腔健康保健、宝宝长牙期间的口腔护理、乳牙期的口腔生理及病理现象、六龄牙的保养以及替牙期间的注意事项等,对于婴幼儿的牙齿维护更是给予特别周到的提示,对于临床常见的鹅口疮、口齿不清等也作了深入的探讨。本书完全从实用性与可操作性出发,与各位年轻家长面对面地讲述发生在您孩子口腔中的细微生理变化,使您能得心应手地养育自己的孩子;而当您碰到孩子口腔出现异常变化时,本书又将为您及时送上解决之道。本书是目前市场上难得一见的全方位婴幼儿口腔健康指南书籍。案头备上一本,等于请了个儿童口腔保健医生。

本书读者对象主要为将要或已经做爸爸妈妈的年轻朋友。当然,本书也适合儿童口腔科医护人员、托幼机构或社区卫生保健人员、口腔专业人员等阅读使用。

序

民以食为天,食以口为先。口腔健康是享受美味佳肴的基础,它不仅对儿童的身体健康有利,而且对他们的正常心理发育也很有帮助。

现今,一般都是独生子女家庭,生活水平提高了,家长都舍得花钱给孩子买衣服,买玩具。但很多家长都忽视了孩子的口腔健康。据第二次全国口腔流行病学调查,5岁年龄组乳牙患龋率为76.55%,而治疗率只有3.86%。家长往往是等到孩子牙齿疼痛了,脸肿起来了,才想起去看医生。其实,只要我们注意科学的饮食习惯、良好的口腔卫生及预防措施、定期的口腔检查治疗,这龋病的发病率是可以降下来的!龋病早期治疗后,它的并发症如牙髓炎、根尖周炎就根本不会发生。如今的儿童口腔科里有很多患者都是因为牙髓炎、根尖周炎而就诊的!这种治疗操作时间长、过程复杂,累了家长,更累医生!可见儿童的口腔健康保健宣传工作大有潜力可做。只有将儿童口腔健康保健工作做深、做广、做细,使大众都能知道口腔保健措施,进而在全社会兴起有病早治、无病防病的热潮,那么我国国民的口腔健康素质就会大大提高。这也是我向各位年轻父母推荐此书的初衷。



作为长期从事口腔科学,特别是儿童口腔科学的临床工作者,本文著作者在繁忙的工作之余历经两年时间,参阅了国内外最新婴幼儿口腔健康方面的新技术、新知识,并结合自身长期的临床实践,编



婴幼儿口腔健康指南

著了这本融科学性、知识性、实用性于一体的婴幼儿口腔健康指南，因而本书对婴幼儿的口腔健康指导将更有针对性。

本文著作者对待科学的态度非常严谨，在行文表述上又不失幽默、风趣，常常是将一个个深奥难懂的问题通过一个个小故事讲述，浅显易懂，以小见大，读后能给人一种春风拂面、沁人心脾的清新感觉。相信各位年轻家长在看完本书后，会有同样的感觉。祝您孩子健康快乐。

浙江大学医学院口腔医学系副主任
浙江大学医学院附属口腔医院副院长
谷志远 教授、博士生导师

自序

小时候,有人问我:“牙齿有什么用?”

“吃饭咬东西呗。”我会不假思索地回答。

长大后,我才知道牙齿还能装饰门面,给人美感。

就读口腔专业后,知识面更广了,知道这牙齿不好,还影响择业、就业与做生意。这不,报载某高中毕业生就因三颗龋齿当不了飞行员;某美眉就因两颗虎牙圆不了公关的梦;某公司经理就因烟斑、牙垢影响了唾手可得的一笔大买卖。而且这牙齿不好,还会影响到肾脏等人体器官。某先生长期肾脏不好,后来牙科医生将他的一颗烂牙根拔除,他的肾病不治而愈。



做了 10 多年的儿童口腔科医生后,每每面对烂牙徒添伤感,常常责怪家长为何这么迟才来医院看。“医生,我们真的不懂啊!”家长一副无奈。“那去买些书看看啊!”“医生,这些书实在太专业,看不懂。”为了验证他们的观点,我多次去书店拜读贤人的著作,也觉得真是说教味太重了。因而,我一直计划写一本操作性强、通俗易懂的小册子,希望通过自己的小册子使天下年轻的爸爸妈妈们都能培育出拥有健康口腔的下一代。

从第一颗牙齿的诞生到第一颗乳牙的萌出,到第一颗乳牙的替换,是人生非常重要的时期。乳牙的健康关系着恒牙的健康,乳牙的健康更为婴幼儿的全身健康打下扎实的基础。所以,本书内容涉及到的是从孕期到替牙开始的牙齿健康知识,它是我多年儿童口腔科医生护牙经验的精华。我深信本书所给出的口腔保健全方位的护理管理经验,将使您在宝宝的抚育过程中充满信心!



婴幼儿口腔健康指南

本书详细讲述了婴幼儿各个阶段的口腔保健要点,并配有大量图片,对于指导您孩子的口腔保健具有很强的可操作性与实用性。阅读本书时,没有必要一口气读完,可参照您孩子目前的发育时期读相关的章节。案头备上一本,等于请了个儿童口腔保健医生。但是我们在此提醒各位家长,我们将婴幼儿口腔健康保健护理知识告诉大家,目的在于让大家有个常识,免得到时候手忙脚乱。当小孩子不舒服或有病时,还是要及时到医院找医生的。

是为序幕。翻开这一页您将会开始一次轻松愉快的爱牙、护牙旅程,这一旅程将陪伴您走过辛苦而甜蜜的育儿历程,旅程结束的那一天您会发现宝宝的牙齿长得健健康康的。这就是我们的初衷,也是我们的祝福!

阮文华

2005 年 5 月

目 录

第一篇 打造口腔健康的根基

第一讲 营造良好的孕育环境,造就健康的下一代/2

- 一、营造良好的孕育环境,造就健康的下一代/2
- 二、遗传与口腔遗传性疾病/7
- 三、儿童生长发育过程中的年龄分期/9
- 四、儿童的生长发育规律及其影响因素/11

第二讲 孕妇口腔保健——乳牙健康的摇篮/13

- 一、孕前口腔保健/13
- 二、孕后口腔保健/17
- 三、备忘录:为了宝宝的好牙齿,妈妈们还要注意什么/17

第三讲 胎儿口腔的形成/20

- 一、受精卵的形成/20
- 二、胎儿的形成/22
- 三、口腔唇、舌、腭部的生长发育过程详解/28
- 四、胎儿牙齿的形成/29
- 五、口腔器官形成时母体的营养保健/31
- 六、怀孕时,孕妇牙齿中的钙会不会丢失/36





第四讲 宝宝出世/37

- 一、认识宝宝的口腔/37
- 二、宝宝是怎样吃奶的/45
- 三、宝宝是怎样吞咽的/48
- 四、母乳喂养与婴儿的口腔健康/49
- 五、宝宝的口腔护理技巧/51

第五讲 令妈妈揪心的事情——宝宝，你哪儿不舒服(一)/53

- 一、鹅口疮/53
- 二、贝氏(Bednar)口疮/55
- 三、诞生牙/56
- 四、舌系带短缩畸形/58
- 五、上皮珠(马牙)/59
- 六、唇裂/60
- 七、腭裂/63

第二篇 走进尘世：宝宝长牙

第六讲 妈妈，我要长牙牙了/68

- 一、出牙前的口腔热身运动/69
- 二、婴儿萌牙时的不适反应及其对策/69
- 三、断奶期口腔保健/70

第七讲 乳牙萌出的规律/73

第八讲 长牙过程中的清洁护理/75

- 一、牙齿萌出时，牙齿的表面尚未发育成熟/75
- 二、乳牙长牙过程中的清洁护理/75
- 三、正确使用安抚奶嘴/80

第九讲 令妈妈揪心的事情——宝宝,你哪儿不舒服(二)/84

- 一、牙齿萌出性血肿/84
- 二、萌出性牙龈炎/85
- 三、乳牙早萌/86
- 四、乳牙迟萌/87
- 五、奶瓶龋/87
- 六、口角炎/87
- 七、疱疹性龈口炎/89
- 八、疱疹性咽峡炎/91
- 九、牙齿着色/92

第三篇 健康之源:乳牙期口腔健康(上) ——牙好,身体就棒

第十讲 宝宝的牙齿全长好了/96

- 一、宝宝的牙齿真漂亮/97
- 二、重新认识口腔/99
- 三、乳牙的作用/105
- 四、乳牙的护理/108

第十一讲 牙齿上的黑洞/123

- 一、龋齿的病因/124
- 二、乳牙为何特别容易患龋/138
- 三、乳牙龋齿的特点/139
- 四、乳牙龋齿的危害/141
- 五、乳牙龋齿的分类/143
- 六、龋齿的临床表现及治疗时的难易程度/143





七、乳牙龋齿的治疗/145

八、乳牙龋齿的预防/149

第十二讲 妈妈,我牙疼——乳牙牙髓炎的防治/154

一、乳牙牙髓炎的病因/154

二、乳牙牙髓病的特点/155

三、乳牙牙髓病的分类/155

四、乳牙牙髓病的临床表现及治疗时的难易程度/155

五、乳牙牙髓病的治疗/157

六、乳牙牙髓病的预防/157

第十三讲 妈妈,牙肉上有疱疱——乳牙根尖周炎的防治/158

一、乳牙根尖周炎的病因/158

二、乳牙根尖周病的特点/158

三、乳牙根尖周炎的临床表现及治疗时的难易程度/161

四、乳牙根尖周炎的危害/161

五、根尖周炎的治疗/162

六、乳牙根尖周炎的预防/163

第十四讲 令妈妈揪心的事情——宝宝,你哪儿不舒服(三)/164

一、牙齿发育异常/164

二、奶瓶龋/170

三、前牙反骀/172

四、地图舌/173

五、裂纹舌/175

六、舌系带短缩畸形/176

七、手-足-口病/177

八、牙齿着色/178

九、牙龈炎/178

十、腮腺炎/180

- 十一、血管瘤/182
- 十二、流口水/183
- 十三、口腔粘液囊肿/184
- 十四、如何对待口腔病灶/186

第四篇 健康之源:乳牙期口腔健康(下)
——全面呵护口腔健康

第十五讲 养成良好饮食习惯,呵护牙齿和全身健康/189

- 一、控制零食/189
- 二、调整饮食结构/189
- 三、合理安排饮食时间/190

第十六讲 清晰流利的口齿从现在开始培养/191

- 一、口齿不清/191
- 二、口吃/197

第十七讲 戒除口腔不良习惯,造就俊美牙颌结构/201

- 一、儿童口腔不良习惯/201
- 二、儿童口腔不良习惯的戒除/202

第十八讲 夜磨牙/207

- 一、夜磨牙的病因/207
- 二、夜磨牙的危害/208
- 三、夜磨牙的干预措施/208





第五篇 乳牙期与恒牙期的分水岭：替牙期口腔保健

第十九讲 替牙期口腔的正常生理现象/211

- 一、牙列渐渐出现间隙/211
- 二、新长的门牙像锯齿/212
- 三、新长的门牙又宽又歪斜/213
- 四、儿童暂时性错殆/214

第二十讲 爸爸，我的牙齿松动啦/217

- 一、乳恒牙替换的必要性、必然性/217
- 二、乳牙的牙根吸收/218
- 三、乳牙的拔除/219
- 四、恒牙的萌出/222
- 五、乳牙与恒牙如何区分/223
- 六、恒牙萌出后整齐排列的奥秘/224
- 七、替牙期间的注意事项/225

第二十一讲 六龄牙保健/227

- 一、六龄牙的萌出/227
- 二、六龄牙的重要性/229
- 三、六龄牙容易龋坏/230
- 四、六龄牙保健/231

第二十二讲 令妈妈揪心的事情——宝宝，你那儿不舒服（四）/234

- 一、乳牙滞留的原因及其处理/234
- 二、乳牙早失与间隙管理/235
- 三、恒牙迟萌的原因及其处理/237
- 四、恒牙错位萌出的原因及其处理/238

第六篇 DIY:紧急处理

第二十三讲 孩子牙痛怎么办/241

- 一、为什么会牙痛/241
- 二、孩子牙痛时的家庭处理/243
- 三、牙痛的医疗处理/245
- 四、容易混淆的牙痛/245

第二十四讲 儿童乳牙外伤/247

- 一、牙齿震荡挫伤/247
- 二、牙齿移位/248
- 三、牙齿折断/252
- 四、乳牙外伤对恒牙的影响/254

第二十五讲 儿童口腔软组织损伤/256

- 一、面部软组织擦伤/256
- 二、面部软组织挫伤/257
- 三、面部皮肤裂伤/258
- 四、软组织外伤的紧急处理/259

第二十六讲 儿童颌骨骨折/262

第二十七讲 物理化学烧灼伤/265

- 一、化学烧灼伤/265
- 二、物理性损伤/266





第七篇 塑造美貌：口腔肌肉功能训练

第二十八讲 口腔肌肉功能训练的紧迫性/269

- 一、肌肉的功能活动是全身健康的内在要求/269
- 二、不会咀嚼的孩子在增加/271
- 三、咀嚼的功能性刺激减弱使牙颌疾病增加/273

第二十九讲 顺序渐进，学会咀嚼/275

第三十讲 塑造美貌——口腔肌肉功能训练/279

- 一、面部主要肌肉的功能训练/279
- 二、口腔不良习惯的肌功能疗法/281

第八篇 给孩子口腔健康保险：儿童口腔科大夫

第三十一讲 今天去医院看牙病/285

- 一、看牙病前，家长的准备工作/285
- 二、医院口腔科的设置/287
- 三、医生、患儿面对面/289
- 四、就诊时，家长应尽的义务/294

第三十二讲 选择专业儿童口腔医生/296

- 一、给孩子看牙得选择一名专业的儿童口腔医生/296
- 二、怎样选择一名专业的儿童口腔医生/297

主要参考文献/298