

中国医药科技出版社

口腔病 的家庭防治

KOU QIANG BING
DE JIA TING FANG ZHI

周东新 编著



8780-1

口腔病的家庭防治

周东新 编著

登记证号：(京) 075 号

· 内 容 提 要

口腔疾病时刻困扰着人们的正常生活，又往往被人们视为小病而延误治疗。本书通过对口腔结构及功能的分析，对口腔的保健方法、疾病诊治方法、急症处理方法、颌面保健方法、看病须知及医疗新技术等知识的介绍，给读者了解和自我预防、治疗口腔疾病提供了全面而有益的帮助。

图书在版编目 (CIP) 数据

口腔病的家庭防治/周东新编著. —北京：中国医药科技出版社，1999

ISBN 7 - 5067 - 1995 - 9

I. 口… II. 周… III. 口腔颌面部疾病-防治 IV. R78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (1999) 第 08327 号

中国医药科技出版社 出版
(北京市海淀区文慧园北路甲 22 号)
(邮政编码 100088)

铁道部十八局一处涿州印刷厂印刷
全国各地新华书店经销

*

开本 850 × 1168mm¹/₃₂ 印张 4

字数 93 千字 印数 1 - 6000

1999 年 6 月第 1 版 1999 年 6 月第 1 次印刷

定价：8.00 元

前言

口腔是人体消化道和呼吸道的门户，口腔的疾病可影响人体的消化功能、面部容貌、发音语言等各个方面。而每个人在一生中都会不同程度的遭受到1种到2种以上口腔疾病的侵害。所以具备一定的口腔保健常识，掌握一些口腔常见病的预防和治疗方方法，是自我保健的重要组成部分，也是非常必要的。就发病率最高的口腔疾病——龋齿来说，几乎每百人中就有50人以上被罹患，但如果能早期预防可减少30%的发病率，费用也只需治疗费用的10%左右。另外在平日口腔门诊中，常常发现许多病人来就诊时牙齿已到了不得不拔的地步，令我们医生十分惋惜。为此我觉得有责任编写此书以帮助广大群众提高口腔保健意识及防治口腔疾病的能力，也为口腔病防治工作者提供参考。

本书以简明的文字和插图阐述口腔各部分的结构与功能，在此基础上结合日常生活，努力让读者学会科学合理的口腔保健方法及如何选购市场上的洁牙用品。本着中、西医各取所长，为我所用的方针，将自己的工作总结、行之有效的验方和常用方兼容于书中。普通患者可通过自我诊断图诊断并查找到相应的可在家中治疗的方法及医疗指南。为满足读者高层次的要求，本书又将口腔医疗、美容的国内外最新发展动向，技术信息及高科技修复材料的有关知识提供给读者，让广大群众即能利用身边的药物、食物等进行自我常见病的治疗，又可选择最先进的医疗技术来治疗口腔疾病。但愿这本书能给广大读者了解、预防和治疗口腔疾病带来方便和帮助。

作者

目录

1 口腔的结构和功能	(1)
1.1 牙齿的生长发育、组织结构和功能.....	(1)
1.2 牙周组织.....	(10)
1.3 腭.....	(11)
1.4 唇.....	(11)
1.5 舌.....	(12)
1.6 涎腺(唾液腺).....	(13)
2 口腔保健方法	(15)
2.1 刷牙.....	(15)
2.2 叩齿.....	(20)
2.3 牙龈按摩.....	(22)
2.4 牙线.....	(22)
2.5 漱口.....	(24)
2.6 牙签刷牙.....	(24)
2.7 健齿教育处方.....	(24)
3 口腔病的家庭治疗方法	(26)
3.1 穴位指压法.....	(26)
(1) 指压止痛.....	(27)
(2) 指压麻醉.....	(27)
(3) 治疗面瘫.....	(30)
3.2 吹药法.....	(30)
3.3 艾灸法.....	(31)
3.4 耳穴贴膏法.....	(32)
3.5 含漱法.....	(32)

3.6 敷贴法、穴位贴敷法	(33)
3.7 涂药法	(33)
3.8 药线法	(34)
3.9 磁疗法	(34)
3.10 耳针疗法	(34)
3.11 脐疗法	(36)
3.12 药膳食疗法	(36)
3.13 耳压疗法	(37)
4 口腔常见病的诊治	(38)
4.1 流涎症(滞颐)	(38)
4.2 婴儿牙槽粘膜上皮珠(马牙子)	(39)
4.3 白色念珠菌口炎(鹅口疮)	(40)
4.4 游走性舌炎(地图舌)	(41)
4.5 口角炎(口角疮)	(42)
4.6 舌系带异常(绊舌)	(43)
4.7 反骀(地包天)	(44)
4.8 牙齿敏感症(倒牙)	(45)
4.9 牙色异常	(47)
4.10 楔状缺损	(49)
4.11 畸形中央尖	(49)
4.12 磨牙症(磨齿)	(50)
4.13 龋齿(蛀牙、虫牙)	(51)
4.14 牙髓炎	(52)
4.15 根尖周炎、(牙痛、附牙痛)、牙槽脓肿(钻牙疳、牙漏)	(53)
4.16 牙结石(牙石)	(54)
4.17 牙龈炎(牙疳)	(55)
4.18 牙周炎(牙宣)	(56)
4.19 口臭、口腔气味和口味异常	(57)
4.20 冠周炎(智齿炎)	(59)
4.21 口干症	(60)
4.22 颞颌关节功能紊乱综合征(颊车酸痛)	(62)

4.23	口腔粘膜溃疡(口疮)	(63)
4.24	单纯性疱疹(唇疹)	(65)
4.25	口腔扁平苔癣(口癣、口藓)	(66)
4.26	慢性唇炎(唇风、唇胬)	(67)
4.27	面瘫(歪嘴病)	(68)
4.28	三叉神经痛(面痛、面风)	(70)
4.29	流腮(炸腮)	(72)
5	口腔急症的处理	(74)
5.1	拔牙后出血	(74)
5.2	牙齿折裂	(74)
5.3	牙齿脱落	(75)
6	口腔颌面部保健、美容三部曲	(76)
6.1	儿童少年篇	(76)
(1)	儿童各阶段口腔卫生指导	(76)
(2)	营养健齿指导	(78)
(3)	儿童少年口腔不良习惯的纠治	(79)
6.2	青年、中年篇	(85)
(1)	保养面部皮肤、祛除皱纹	(85)
(2)	保护和滋润口唇	(87)
(3)	妊娠及产后妇女的口腔保健	(87)
6.3	老年篇	(88)
(1)	中老年口腔保健指导	(88)
(2)	口腔癌的预防及早期征兆	(88)
(3)	假牙的使用与保养	(90)
7	口腔病求医须知	(92)
7.1	口腔医院(或口腔科)的诊室设置与诊治范围	(92)
7.2	补牙前须知	(92)
7.3	补牙后注意事项	(94)
7.4	拔牙前须知	(94)
7.5	拔牙后注意事项	(95)
7.6	如何选择镶什么样的假牙	(95)
8	口腔医疗及美容新技术	(97)

8.1	可见光固化技术	(97)
8.2	激光理疗	(97)
8.3	激光针灸	(98)
8.4	激光脱敏	(98)
8.5	激光手术	(98)
8.6	烤塑、烤瓷	(99)
8.7	心电监护拔牙	(99)
8.8	超声波洁牙	(101)
8.9	预防龋齿新技术	(101)
8.10	铸造假牙	(103)
8.11	牙膜脱色	(104)
8.12	人工牙种植	(104)
8.13	固定矫治器	(105)
9	口腔病常用药物	(106)
9.1	麻醉药类	(106)
9.2	止血药	(107)
9.3	止痛药	(108)
9.4	抗菌药	(109)
9.5	清热解毒、祛腐生肌、消肿止痛药	(110)
附录一、现代医学与中医口腔病对照表		

1 口腔的结构和功能

口腔是人体的重要器官，它是连贯消化道、呼吸道的门户。我们可以把口腔看作为一个以唇和咽峡为前后、上腭与口底为上下、两颊为左右的不规则的六面空腔。它主要是由牙齿、牙周组织、唇、颊、舌、上腭、上下颌骨及涎腺所组成，直接参与人体消化、语言表达、味觉及感觉的功能，所以一旦口腔中某一部位发生病变往往会影响全身的健康。我们要了解口腔病的预防和治疗就要从了解它正常的生理解剖和组织结构开始。

首先，口腔外部即口腔颌面部，构成了我们每个人不同的面貌，也是我们在日常生活中最易直接观察到的部位，了解它各部位的名称及位置，是我们了解口腔结构的开始，也是日常生活所需。图 1-1、1-2 和表 1-1 会有助于你了解口腔颌面部各部位名称、位置及中西医名称对照。下面我们还要了解牙齿、牙周组织、唇……各部分的结构及功能。

1.1 牙齿的生长发育、组织结构和功能

(1) 牙齿的生长发育

在人类漫长的发展过程中，人的牙齿形态也随着自身生存的需要和食物的变化而不断演化，人类在大自然中生存需要牙齿有多种功能，如：发音、切割、撕裂、咀嚼，经过约 170 万年的进化现代人有了负责各个功能的多种形态的牙齿，如：切割用切牙（门牙）、咀嚼用磨牙（盘牙）、撕裂用尖牙（犬牙）等。

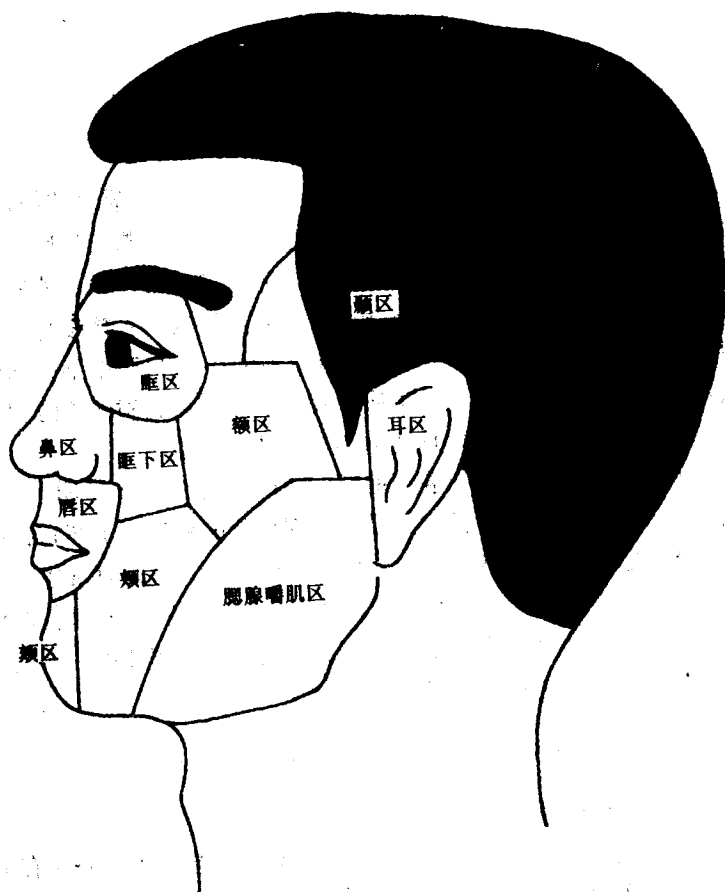


图 1-1 颌面部的分区及名称

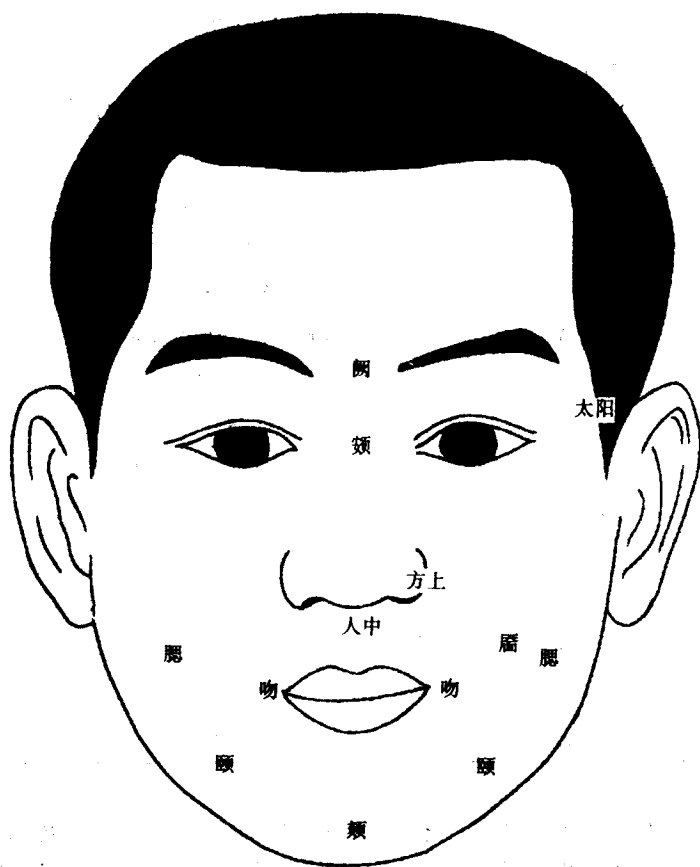


图 1-2 中医学面部名称

表 1-1 中医学颌面部名称及相对位置

中医学	位置
额	鼻根上部两眉之间
颊、山根	左右目内眼角中间，指鼻梁
太阳	眼眶外后方
方上（兰台，颧髻）	鼻翼（指左鼻翼，指右鼻翼）
耳门	耳屏前方凹陷中
腮	口腔颊部
颧	口角外下方
颧	酒窝（颊部）
颊、下巴壳	两侧口角下方的中间部位
吻	口角，泛指唇四周
飞门	嘴唇
人中、水沟	鼻下方唇上方的皮肤纵沟
天花板	上腭
牙床、牙车	牙槽骨
板齿、门齿	切牙
犬齿、虎牙	尖牙
槽牙	双尖牙，泛指磨牙
真牙、尽头牙	第三磨牙

对于一个人来说，牙齿发育过程可分为二部分，这两部分既相互交替又相互衔接，即：乳牙列和恒牙列。人的一生只有这两副牙列是人体自身所产生出来的，这不同于其他动物有许多后备牙齿，终生更换不止。所以，我们不但要重视牙齿发病后的治疗，更要注意牙齿的发育和保护，这样更能起到事半功倍的效果。

果，又可减少患牙病的痛苦。

首先我们看看乳牙的发育过程，如图 1-3、表 1-2 所示，乳牙的发育与胎儿的发育是相对同步的，这在大部分婴儿是相差无几的，胚胎 2 个月时乳牙胚就开始产生，婴儿出生时，虽然口中不见牙齿，但这时乳牙已在牙床内开始钙化，婴儿 6 个月左右乳牙陆续开始萌出，一般 2 岁半左右 20 颗乳牙全部萌出。6 岁左右乳牙逐个脱落被恒牙所代替，12 岁前后乳牙脱落完成。

恒牙的发生也早在胚胎 4 个月时开始，见图 1-3，当婴儿出生 3 个月后恒牙开始钙化，但要等到小儿 6 岁左右，恒牙才开始萌出。从乳牙和恒牙的发育过程来看，胎儿的营养发育好坏直接影响到乳、恒牙的先天质量，所以想要有两副健康的牙齿，不仅要从小做起，更要从母亲怀胎时做起。

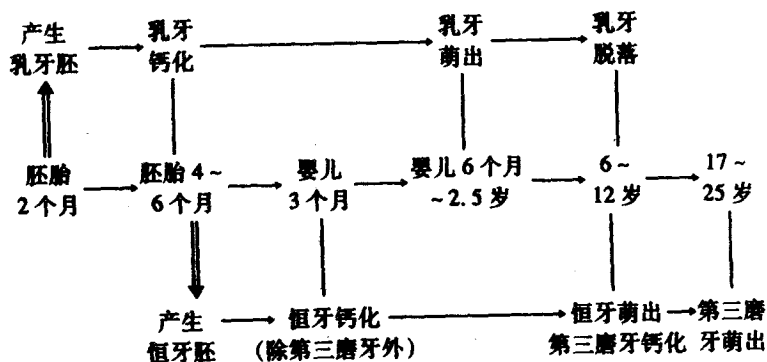


图 1-3 乳牙、恒牙与身体发育对应图

1 口腔的构造和功能

表 1-2 牙齿在各个阶段的发育及萌出年龄

牙 齿 名 称		钙化开始	釉质完成	萌出	牙根完成	脱落	
乳 牙	中切牙	胎龄 4~4 $\frac{1}{2}$ 月	4 月	6~8 月	1 $\frac{1}{2}$ ~2 岁	7 岁	
	侧切牙	胎龄 4 $\frac{1}{2}$ 月	5 月	6~10 月	1 $\frac{1}{2}$ ~2 岁	8 岁	
	尖牙	胎龄 5~5 $\frac{1}{2}$ 月	9 月	16~20 月	2 $\frac{1}{2}$ ~3 岁	12 岁	
	第一磨牙	胎龄 5 月	6 月	12~16 月	2~2 $\frac{1}{2}$ 岁	10 岁	
	第二磨牙	胎龄 6 月	10~12 月	20~30 月	3 岁	11~12 岁	
恒 牙	上 颌 牙	中切牙	3~4 月	4~5 岁	7~8 岁	10 岁	-
		侧切牙	10~12 月	4~5 岁	8~9 岁	11 岁	-
		尖牙	4~5 月	6~7 岁	11~12 岁	13~15 岁	-
		第一前磨牙	1 $\frac{1}{2}$ ~1 $\frac{3}{4}$ 岁	5~6 岁	10~11 岁	12~13 岁	-
		第二前磨牙	2~2 $\frac{1}{2}$ 岁	6~7 岁	10~12 岁	12~14 岁	-
		第一磨牙	出生时	2 $\frac{1}{2}$ ~3 岁	6~7 岁	9~10 岁	-
		第二磨牙	2 $\frac{1}{2}$ ~3 岁	7~8 岁	12~13 岁	14~16 岁	-
		第三磨牙	7~9 岁	12~16 岁	17~21 岁	18~20 岁	-
	下 颌 牙	中切牙	3~4 月	4~5 岁	6~7 岁	9 岁	-
		侧切牙	3~4 月	4~5 岁	7~8 岁	10 岁	-
		尖牙	4~5 月	6~7 岁	9~10 岁	12~14 岁	-
		第一前磨牙	1 $\frac{3}{4}$ ~2 岁	5~6 岁	10~12 岁	12~13 岁	-
		第二前磨牙	2 $\frac{1}{4}$ ~2 $\frac{1}{2}$ 岁	6~7 岁	11~12 岁	13~14 岁	-
		第一磨牙	出生时	2 $\frac{1}{2}$ ~3 岁	6~7 岁	9~10 岁	-
		第二磨牙	2 $\frac{1}{2}$ ~3 岁	7~8 岁	11~13 岁	14~15 岁	-
第三磨牙	8~10 岁	12~16 岁	17~21 岁	18~25 岁	-		

(2) 牙齿的组织结构、功能及名称

牙齿的结构由内到外可见软的结缔组织、血管、神经组成的牙髓，硬组织牙本质、牙骨质和牙釉质，如图1-4。在结构上乳牙与恒牙基本相似，在组织及形态上有差异，乳牙的钙化程度低，易发生龋坏。乳牙髓腔及根尖孔都较大，炎症易快速发展至根尖周围。牙齿被牙釉质覆盖的部位称为牙冠，它的各部分名称见图1-5。

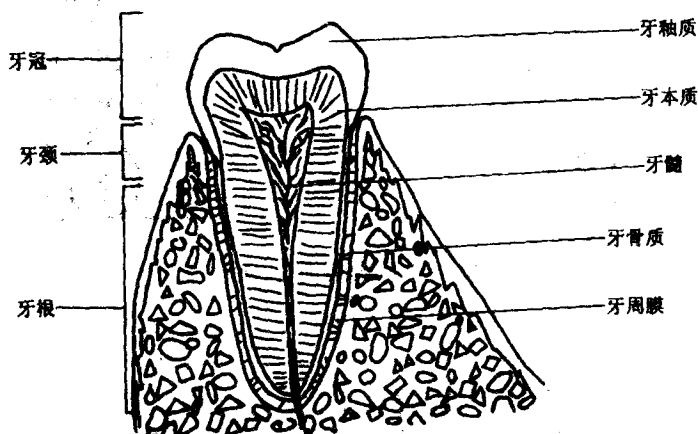


图1-4 牙齿结构

乳牙共有20颗，其中有4颗乳中切牙，4颗乳侧切牙，4颗乳尖牙，8颗乳磨牙，它们的名称和代表符号如图1-6所示。

恒牙共有32颗，其中有4颗中切牙、4颗侧切牙、4颗尖牙、8颗双尖牙、12颗磨牙，它们的名称及代表的阿拉伯数字如图1-7所示。现在由于面部发育的退化，有许多人最后一颗智齿不萌出或先天缺失，所以很多人的牙齿都不到32颗。

在上、下颌骨最前部呈弧形排列的切牙，它的作用是将食物切断，起切割作用。它的缺损和缺失，会影响气流在口腔中的流

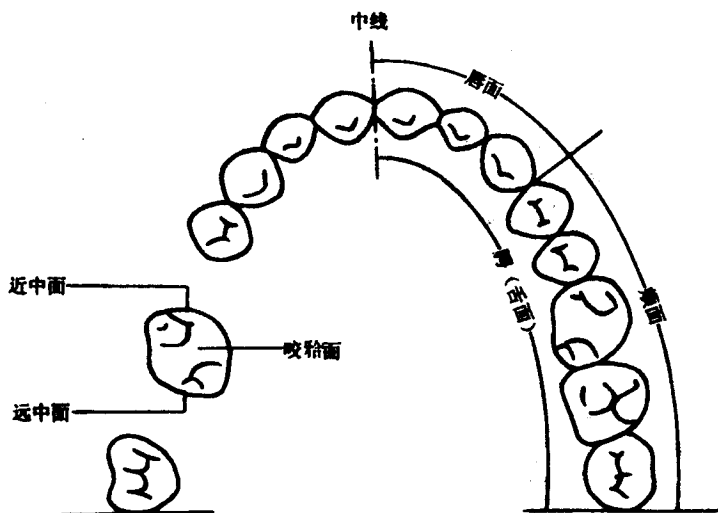


图 1-5 牙冠各面的名称

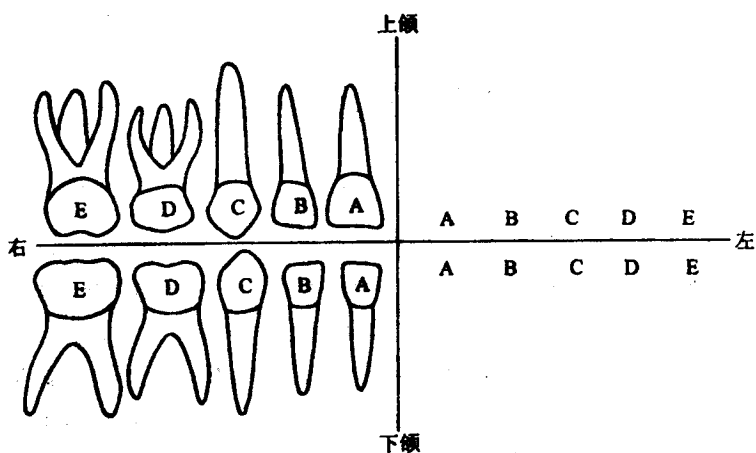


图 1-6 乳牙的名称和代表符号

A. 乳中切牙 B. 乳侧切牙 C. 乳尖牙 D. 第一乳磨牙 E. 第二乳磨牙

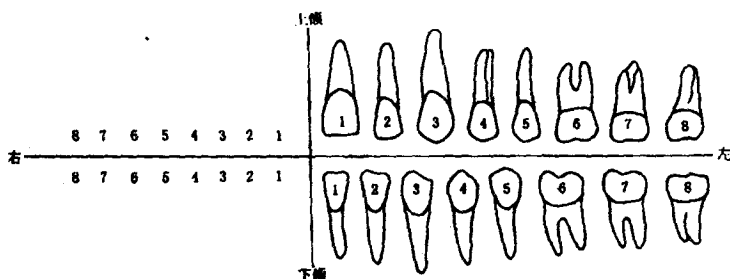


图 1-7 恒牙的名称和代表符号

1. 中切牙 2. 侧切牙 3. 尖牙 4. 第一双尖牙 5. 第二双尖牙
6. 第一磨牙 7. 第二磨牙 8. 第三磨牙

动，影响发音，对面容也有较大影响。

位于切牙远中两侧的是尖牙，俗称虎牙。它牙冠厚且有一个长的牙尖，形如长矛且较粗壮，能够穿透食物。由于其位于口角部位，起支撑口角的作用，它的存在使面部显得丰满，所以要尽量保留。由于其牙根也粗壮，常常是作为假牙的基牙，一般都是口腔中最后脱落的牙齿。

双尖牙（也称前磨牙），位于尖牙的远中侧，左右、上下各二颗，它有一个咬合面，且在咬合面上有两个较大的牙尖，此牙也是由此命名。在下颌双尖牙的咬合面窝沟内有时会有畸形中央生长见 4.11，磨损后的中央尖极易发生牙髓炎，它的生长与遗传有一定关系。双尖牙的功能主要是协助尖牙撕裂食物，协助磨牙捣碎食物。

磨牙位于双尖牙的远中，上下颌每侧各有 3 个，从近中至远中分别称为第一、第二、第三磨牙。其中第一磨牙是 6 周岁时生长出来的，也称为六龄齿。上下第一磨牙的咬合关系对建立正常的咬合起重要作用，所以保留和治疗第一磨牙有重要意义。第三磨牙也称智齿，常会萌发出受阻而位置不正，或先天缺失。以上磨牙都起着咬碎和研磨食物的作用。