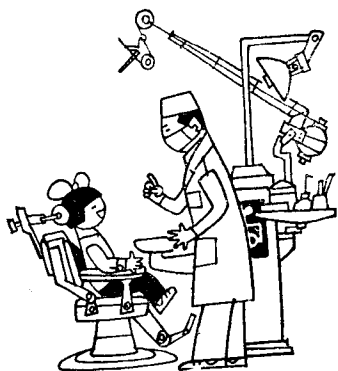


小学中年级读物

从小爱护牙齿



中国少年儿童出版社



从小爱护牙齿

张爱荣 李玉平

封面：戚惠武

插图：张中良

中国少年儿童出版社

从小爱护牙齿

张爱荣 李玉平

*

中国少年儿童出版社出版

中国青年出版社印刷厂印刷

新华书店北京发行所发行 各地新华书店经售

*

787×1092 1/32 1.75印张 20千字

1982年4月北京第1版 1982年4月北京第1次印刷

印数1—44,000册 定价0.15元

内 容 简 介

牙齿很重要，应该从小爱护。许多小朋友由于缺乏爱护牙齿的知识，得了牙病，有的牙齿上出现小洞洞，一吃酸的、甜的、冷的、热的就牙疼；有的一刷牙牙床就出血；有的牙齿发黄或发黑；有的牙齿长得七扭八歪不整齐；有的牙齿甚至烂掉半截。这些牙病是怎样发生的？怎样预防？这本书专门向你介绍爱护牙齿的知识。懂得这些知识，并且照着去做，你就会有一副好牙。

目 次

牙齿的用处.....	1
乳牙和恒牙.....	6
换牙的奥秘.....	8
牙齿的长相和本领.....	11
牙齿的材料和颜色.....	12
牙齿发育的三部曲.....	15
珍爱六龄牙.....	20
龋齿的来龙去脉.....	22
预防为主.....	29
牙髓炎和“牙缝疙瘩”.....	33
牙龈为什么会出血?	35
牙齿碰掉以后.....	38
夜间为什么会磨牙?	40
怎样使牙齿整齐洁白?	42



牙齿的用处

牙病普查小组的李医生来到育英小学。还没等她坐下，同学们就围着她，你一言我一语地提了一大堆问题。

“医生，给我们治牙吗？”

“阿姨，您看我的牙叫虫子咬坏了，可疼呢！”

李医生一下子很难回答他们，只好连连点头说：“好，好，慢慢来，都给你们看。”

校医张老师，看到同学们情绪很高，就微笑着说：“请你们不要急，李医生今天来，就是为了给大家讲怎样保护牙齿和防治牙病的常识，以后还要给你们治牙病。”

不一会儿，四五六年的师生来到了大教室。在热烈的掌声中，李医生给大家讲了起来。

李医生一上来就开门见山地说：“同学们，当你们看到一位演员或是歌唱家的一口整齐、洁白、健康的牙齿的时候，心里一定很羡慕吧？要知道，这一口漂亮的牙齿是它们在不断地同细菌的斗争中成长发育起来的。你们想了解这里边的秘密吗？就让我慢慢讲给你



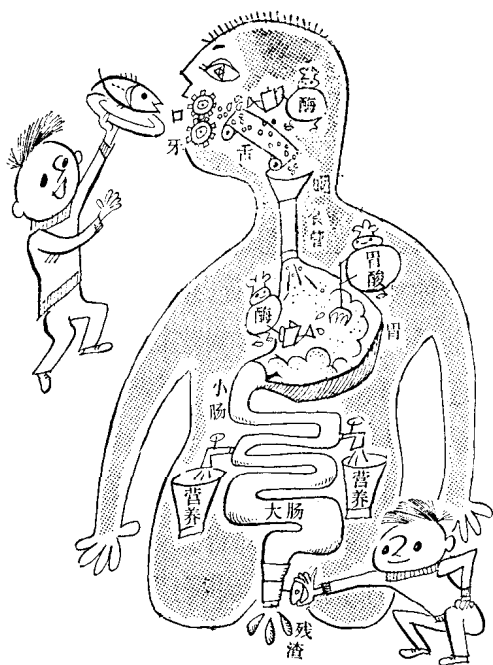
们听吧！我先提一个问题：牙齿是干什么的？”

“吃饭的！”同学们异口同声地回答。

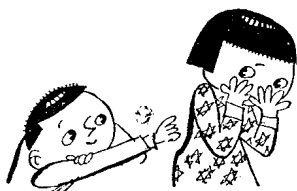
李医生说：“说得对。牙齿是咀嚼(jǔjué)食物的，是人们吃饭的主要工具。人如果没有牙齿，咀嚼就很困难。我们看到，有些老爷爷老奶奶的牙齿坏掉了，吃硬的食物非常费劲；几个月的婴儿，看见你们吃烧饼，他们也总是闹着要吃，当你给他吃的时候，他却咬不动，因为他刚刚开始长牙齿，还不能嚼(jiáo)东西哪！有时候，一两岁的小弟弟小妹妹，牙齿还没有长齐，吃了花生米、煮黄豆什么的，往往嚼不烂，第二天拉出来的，还有很多没有被消化的碎瓣。”

李医生停了一下，接着说：“这说明食物先经过牙

齿的加工，才能逐渐被身体吸收，你们正处在长身体的时期，牙齿长不好，就要影响整个身体的健康。为什么呢？大家知道，食物进入人体的第一个关口就是嘴，食物到嘴里以后，先由牙齿来加工，它把食物切断、撕碎、磨细，同时用舌头



搅拌。搅拌的时候还要加上唾液，把食物变成糊状，才能咽下去。食物的消化过程实际上在嘴里就已经开始了，初步消化的食物到了胃里，在消化酶的协助下，继续进行消化。被消化了的食物到小肠里才被吸收，成为长身体的养料。如果食物不经过牙齿的咀嚼，就不可能很好地消化。你要是不信，可以拿一块干馒头来试一下，你不嚼它肯定是咽不下去的。”



这时候，同学们都在交头接耳，有的还做着吞咽的动作。

“这样长期下去，就会引起营养不良，身体瘦弱，抵抗力降低。很容易患感冒、腮腺炎（也叫炸腮）、猩红热等各种疾病。你们看，牙齿虽小，它的作用可大啦！如果生了牙病，不但影响吃饭，有时疼得不能睡觉，严重的还会引起全身发烧。更严重的是，如果细菌和大量毒素经过牙齿上的龋洞〔龋 qǔ〕进入血管里，顺着血管把细菌带到关节，就会引起关节炎；如果血液把细菌带到肾脏里，就会引起肾炎。这都会给人带来痛苦，我们可千万不能小看牙病啊！”

“除了吃饭，牙齿还能帮助人们干些什么呢？”李医生提出了新问题。

这可把同学们问住了，教室里鸦雀无声。

李医生说：“牙齿还能帮助人们发音。例如，念书、唱歌、学外语，没有牙齿是很困难的。现在，我给大家说个绕口令：‘十四是十四，四十是四十，谁说十四是四十，就打他十四。’”

李医生还没有说完，大家都笑得前俯后仰。接着，同学们都跟着学起来。

李医生故意找了一个没有门牙的小同学，让他说绕口令。可“十四”和“四十”，他怎么也说不清楚。惹得同学们哄堂大笑。

李医生说：“这就可以证明，没有牙齿或牙齿缺损，都会影响人们的发音。

牙齿不全，尤其是没有门牙，不但影响发音，而且还使人的脸部不丰满，你看，老年人牙齿掉了如果不装假牙，两颊[jiá]便会向里塌陷[tāxiàn]。人到老年，牙齿总要掉的，这是没有办法的事，可是如果一个人从小就注意爱护牙齿，长大了也注意，那么他的牙齿就可以到很老的时候才掉。”

“李医生，”一个四年级的同学问道，“我们班的同学，在老师的指导下，都很注意爱护牙齿，可是为什么牙齿还是一颗一颗掉了呢？妈妈说掉的都是奶牙，不要紧，还要再长出一副大人牙来。您能不能给我们讲一讲，到底是怎么回事呢？”

“这位同学问得好，下面我就给大家讲一讲有关换牙的知识。”



乳牙和恒牙

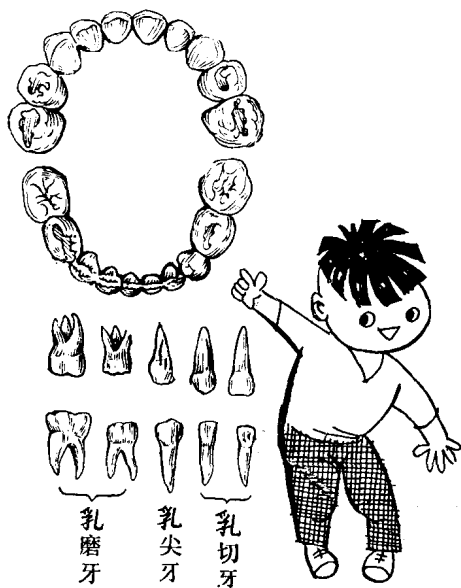
李医生问：“同学们，人一生有几副牙齿？”

这时候，有的同学在小声议论，有的张着嘴，让别人数自己的牙。

李医生已经看出他们好象知道点儿，但又不十分清楚，便笑着对同学们说：“我告诉你们吧，人一生中有两副牙齿。一副是……”

没等李医生说完，一个男同学抢着说：“奶牙！”

“对，是奶牙，医学上叫乳牙，共有二十个。这些乳牙的名字不相同，它们的排列有一定顺序。上下牙自正中开始，向两侧后面推移，依次



是：乳中切牙、乳侧切牙（统称门牙）、乳尖牙（也叫犬齿）、第一乳磨牙、第二乳磨牙。

还有一副牙，叫做恒牙，也叫大人牙，它们是乳牙脱落以后长出来的。这些恒牙，除了后边的大磨牙以外，其它中切牙，侧切牙，尖牙，双尖牙，都是乳牙脱落以后，在原来位置上长出来的。恒牙，有的人长二十八个；有的人长三十二个。如果把乳牙和恒牙结合起来算，我们一生中，共有四十八个或五十二个牙齿。”

一个男同学突然站起来问道：“李医生，乳牙是在什么时候长出来的呢？”

“在你们出生后六七个月的时候，在下牙床的正中先长出一对小牙。不久，相对的上牙床又长出一对小牙，这就是我们说的门牙。这四个小牙开始帮助你们学着吃饭、说话。以后，大约每隔四个月，上下牙床又各长出两个牙。这样，你们的牙齿就越来越多了。当你们长到两岁半的时候，乳牙就会全部长齐了，上边十个，下边十个。”

前面的门牙要同你们生活五到六年，后面的大牙要陪你们十二三



年，一般从六岁开始，奶牙慢慢地开始松动、脱落，换上恒牙。

乳牙为什么要脱落呢？这是因为，随着你们年龄的增长，个子长高了，身体长胖了，活动量不断加大，饭量增加，吃东西的花样也多了，乳牙再也不能负担这么繁重的任务，必须换上一副坚固的牙齿，才能满足身体的需要。例如，在你们小的时候，消化系统还很弱，硬的东西既咬不动，也消化不了。妈妈常给你们做些软的食物吃，有时喝牛奶，有时吃鸡蛋羹。可是，上学以后，再吃这些东西，就不顶用了。人长大了，生活内容丰富多彩，吃东西的花样也逐渐多起来了。有软的食品，也有硬的食品，例如烧饼、烙饼、麻花、花生米等等，这时候，没有大人牙可就不成了。”

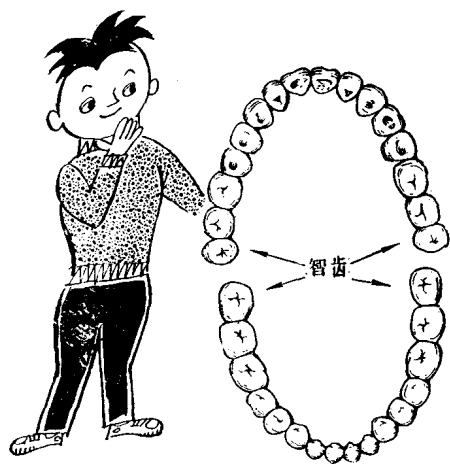
换牙的奥秘

“为什么要换牙，同学们都明白了。可换牙是怎么进行的呢？是不是全口二十个乳牙，一齐都掉，大人牙再一齐长出来呢？”

有些同学皱起眉头琢磨着，有些同学摇摇头，大家都在等待李医生的讲解。

李医生好象猜透了大家的心思，她肯定地说：“乳

牙不是一下子全掉光，大人牙也不是同时都长出来。先掉哪个，先长哪个，后掉哪个，后长哪个，都是有规律的。一般地说，六岁左右开始换牙，按长乳牙的顺序脱落。也就是先从下边两



个门牙开始。在这两个门牙更换的同时，上下牙床的最后一个乳牙的后边，分别长出一个大人牙来，上下左右共四个。因为它是六岁长出来的，所以它的名字就叫六龄牙。以后，每年再换两个牙，到十二三岁，乳牙就全部换成恒牙。这时候，全口牙的恒牙数目是二十八个。它们是这样排列的：八个是门牙，上边四个，下边四个；靠近门牙的两边，各有一个尖牙，也叫犬齿；上下尖牙的后边，各有两个双尖牙，共八个；靠近双尖牙的后边，各有两个磨牙。这些牙加起来共是二十八个。

恒牙的名称和作用同乳牙相似。不同的是，数目比乳牙多，个头比乳牙大。还有，恒牙里含的钙[gài]比乳牙多。

长到二十八个牙以后，有的人不再长了，也有的人上下左右再长一个磨牙，也就是第三磨牙，医学上叫智齿。这种牙一般要到二十四岁左右才能长出来。”

这时候，靠窗户坐的一个女同学，指着她刚换过的门牙，给左边的一个同学看。

李医生已经理解了她的喜悦心情，看着她笑了一下，又面对同学们说：“一二年级的小同学，一般都是七八岁，正处在换门牙或尖牙的时候；三四年级的同学一般都是九岁到十一岁，牙齿还没有全部换完；五六年级的同学，一般都是十二三岁，这时候乳牙几乎全换完了。同学们可以互相看一看，换过的牙是什么样子的，再数数是不是二十八个恒牙。”

这时候，教室里顿时活跃起来，同学们自动分成两人一组。两人一组，张开嘴互相数着。



只见李医生走到第一排的两个同学跟前，对他们说：“你们说牙齿是啥模样？”

“啥模样？都是小方块呗！”他们毫不含糊地回答。

“不对！”李医生和蔼

地说，“牙齿的模样，并不是一样的，它们的本领也各不相同。下面就给大家讲一讲。”

牙齿的长相和本领

同学们安静下来以后，李医生又讲了起来。她说：“我们人类和其它多数动物的身体都有头、颈和四肢，当然还有躯干，有的还有尾巴。牙齿也是这样，不管是乳牙，还是恒牙，从外表上看，它们都分成三个部分。我们肉眼能够看到的，是牙齿露在牙床外面的部分，样子有点象帽子，所以叫牙冠；埋在牙龈[yín]和骨头里面的部分叫牙根。牙龈就是平时说的牙床。牙根与牙冠相接的地方，叫牙颈。每一个牙齿，都是由牙冠、牙颈和牙根组成的。

那么，是不是所有的牙齿都长得一样呢？不是的。自然界中没有两个完全一样的东西，我们在座的同学们，有胖的，有瘦的，有高的，有矮的。牙齿也是这样，有长方形的，有尖的，还有多尖的。门牙是长方形的，尖牙是三角形的，双尖牙是双尖形的，磨牙是多尖形的。”





“医生，牙齿的模样不同，吃东西的时候，每种牙齿起的作用都一样吗？”一个女同学问道。

“不，不一样。举例说吧：门牙的牙冠象把铁铲，边缘锋利，

能切断食物；尖牙，又叫老虎牙，它的中间有个尖儿，象铁钎子〔钎 qiān〕，可以把食物撕裂。双尖牙和磨牙四周有尖，顶部高低不平，有许多沟和小窝，他们好象磨面粉的石磨，能把已经被门牙切断、尖牙撕碎的食物磨细，使食物顺利地咽下去。象松子、小胡桃等硬的东西，牙齿也能把它们的壳咬开，把里面的‘肉’磨成细末。不过，最好不要用牙去咬。

有的同学可能要问，牙齿是什么材料做成的呢？为什么这么硬的东西，它们都能咬得粉碎？”

牙齿的材料和颜色

“也许你以为牙齿的构造很简单，表面看上去好象是一种硬质材料做成的实心体。实际上，不是这么