



羞口 不再难张

——口腔疾病的家庭防治与康复



天津科技翻译出版公司

R780.1
X915.02

羞口 不再难张

—— 口腔疾病的家庭防治与康复

许云 / 吴剑平 编著

天津科技翻译出版公司

.....
图书在版编目(CIP)数据

羞口不再难张: 口腔疾病的家庭防治与康复 / 许云, 吴剑平编
著. —天津: 天津科技翻译出版公司, 2002.1

(绿色健康忠告丛书)

ISBN 7-5433-0458-9

I. 羞… II. ①许… ②吴… III. ①口腔颌面部疾病-防治 ②口腔颌面部疾病-康复 IV. R78

中国版本图书馆CIP数据核字(2001)第071316号
.....

出 版: 天津科技翻译出版公司

出 版 人: 邢淑琴

地 址: 天津市南开区白堤路244号

邮政编码: 300192

电 话: 022-87893561

传 真: 022-87892476

E-mail: tsktbc@public.tpt.tj.cn

印 刷: 廊坊人民印刷厂

发 行: 全国新华书店

版本记录: 850×1168 32开本 5印张 80千字

2002年1月第2版 2002年1月第1次印刷

定价:9.60元

(如发现印装问题,可与出版社调换)

前言

说起口腔疾病，人们大概不会感到陌生，因为仅龋齿一项，人群中就有近半数者受到过它的困扰。你知道吗？世界卫生组织已将龋齿列入“对人类危害最大的三种疾病之一”。另据权威资料透露，“有90%以上的人，患有不同程度的牙周疾病”。这些口腔常见病虽不会直接危及人的生命，但它会给你带来烦恼。

本书意在通过宣传口腔疾病的防治知识，增强人们的口腔保健意识，同时在物质生活水平普遍提高的基础上，以期达到提高人们口腔健康水平的目的。

如果展现在读者面前的这本小册子能在家庭防治方面为大家提供一点帮助的话，编者将会感到十分欣慰。

编 者



口腔包括哪些结构	1
人的一生共长几副牙齿	3
牙齿由哪几部分组成	4
牙齿有哪些功能	5
婴儿几个月长乳牙	7
乳牙什么时候脱落，恒牙什么时候萌出	8
有的孩子为什么会出现乳牙不掉和恒牙不长	10
11	舌头有哪些功能
13	看舌苔为什么能帮助诊断疾病
15	唾液都有哪些作用
17	孩子换牙时期要注意些什么
19	保护孩子的牙齿应从何开始
21	碳酸饮料，别喝坏了牙
23	牙垢和牙石有什么危害

25	牙龈出血的原因有哪些	
26	为什么有的人经常发生口疮	
28	什么是龋病	
29	乳牙龋病不可忽视	
32	什么叫牙髓炎，什么叫根尖炎	
35	什么叫牙周炎，它会导致什么后果	
38	为什么牙补好以后，还会出现疼痛和脱落	
41	补牙是怎么回事	
42	补牙为什么越早越好	
	什么叫鹅口疮，如何防治	44
	口腔溃疡的处理方法	46
	口臭是什么原因引起的	48
	口臭怎么办	49
	治牙痛的小验方	50
	茶对口腔有哪些保健作用	52
	为什么自行服用消炎止痛药不能消除牙痛	55
	中老年口腔保健	56
	口角歪斜是怎么回事	59

	照牙片(X线片)有什么作用	61
	牙齿出现“楔状缺损”怎么办	62
	夜间磨牙是什么缘故	64
	牙病与全身疾病有没有关系	66
	怎样正确使用牙签	68
	剔牙有什么利弊	69
	自我口腔保健的几种方法	71
	如何正确刷牙	72
	横刷牙有哪些危害	74
76	怎样做才能预防龋齿	
78	为什么要保护好孩子的“六龄齿”	
80	哪些中成药可以治疗口腔病	
82	为什么说孕妇要特别注意口腔卫生	
83	为什么会发生“倒牙”现象	
85	为什么说爱护牙齿要从小做起	
87	口腔保健意识亟待增强	
89	吸烟对口腔健康有哪些影响	
91	可以引起牙痛的疾病有哪些	

93	什么样的牙应该拔除
95	什么情况下不能拔牙
98	心脏病患者能拔牙吗
99	拔牙后牙疼怎么办
100	什么是种植牙
	吃饭或说话时颞下颌关节又痛又响的原因
101	有哪些
103	什么是三叉神经痛
106	三叉神经痛治疗新方法——阿霉素神经干注射

“掉下巴”怎么办	107
先天性唇裂和腭裂是怎么回事	109
怎样防治智齿冠周炎	110
为什么牙痛的时候不能拔	113
为什么有时补牙不能一次完成	114
牙齿外伤后应该怎么办	116
牙掉了为什么要镶牙	118
拔牙后应注意哪些问题	121
拔牙后，过多长时间再镶牙	123

镶“活牙”好还是镶“死牙”好	125
牙齿残根有用吗	127
戴假牙要注意哪些问题	128
假牙坏了能修理吗	130
怎样保护和使用假牙	132
长了“虎牙”怎么办	134
牙颌畸形有什么危害	136
影响牙颌畸形的不良习惯有哪些	137
牙颌畸形如何矫正和预防	140

143	接受正畸治疗的注意事项
144	什么是错骀畸形，有哪些症状表现
145	小孩牙“地包天”怎么办
147	成年人的牙齿不齐有办法矫治吗



口腔包括哪些结构

口腔位于颜面的下部，是消化道的起始端。前面以唇为界；两边被双颊包围；上部前2/3是硬腭，后1/3是软腭；下部由口腔底部的肌肉组成；其后部借咽峡与咽相通。在闭口时，以牙列为界，口唇与牙齿之间叫口腔前庭；牙齿与咽部之间叫固有口腔。

● 牙齿：是口腔内的重要器官，它的主要功能是咀嚼食物和辅助发音，并且对保持面部的正常形态有密切关系。

● 牙龈：在牙齿周围的口腔黏膜叫做牙龈，而位于相邻两牙之间的突出部分叫做龈乳头。

● 嘴唇：分为上唇和下唇，唇的两端为口角。上唇正中央有一纵行的浅凹，称为人中。其上1/3正中处，就是人中穴，常用做急救病人的针刺穴位。唇的黏膜与皮肤交界处，叫做唇缘。由于唇的血管

比较接近黏膜表面，所以在正常情况下呈樱桃红色。根据嘴唇色泽的变化，常可以识别某些疾病，比如先天性心脏病或肺源性心脏病的患者伴循环衰竭时，因血液内血色素减少，唇部就变得苍白。另外，唇紧贴牙，有保护牙齿的作用，而牙的存在又能保持唇的正常形态，“唇齿相依”说的就是这个道理。

● 颊：位于口腔的左右两侧，由肌肉组成。外面有皮肤覆盖，即脸部。内侧为口腔黏膜，靠近后面有腮腺导管口。颊部肌肉间有脂肪。人的面部有胖有瘦，而胖瘦之分正是由于面颊部脂肪存积的多少来决定的。

● 腭：形成口腔的顶部。它将口腔和鼻腔分开，有利于发音、语言和吞咽活动。腭分为软腭和硬腭两部分。软腭后部有一向下的突起，叫做悬雍垂。



人的一生共长几副牙齿

人属双生齿类，一生中将有两副牙齿，即乳牙和恒牙，也就是人们俗称的“奶牙”和“大人牙”。它们长出和替换的时间是一定的。乳牙有20颗，恒牙有28~32颗。

乳牙分为3组：乳切牙、乳尖牙和乳磨牙。恒牙分为4组：切牙、尖牙、双尖牙和磨牙。

在一般情况下，从出生后6个月左右到五六岁之前，孩子嘴里全是乳牙，一共有20颗，这20颗乳牙能够被替换。从五六岁到12岁左右，正是换牙时间，嘴里又有乳牙又有恒牙。12岁以后就全是不再更换的恒牙。



牙齿由哪几部分组成

每一颗牙齿大致可分为三部分，即牙冠、牙根和牙颈部。冠部是在口腔内可以看到的外露的那一部分，根部是埋在牙槽里的部分，而冠与根的交界之处就是牙的颈部。

冠的最外面一层很硬，其硬度相当于石英，叫做釉质。它是人体最硬的组织。根的最外一层较薄，叫做牙骨质。在釉质和牙骨质的里边，是构成牙齿主体的牙本质。牙本质内部有神经纤维分布，所以在牙齿缺损、磨损或用牙钻磨牙时，可出现酸痛的感觉。

牙齿的里面不是实心的，而是一个空腔，即牙髓腔。内含一种红色的柔软的组织充满其间，它的形状似于家庭养鱼的“红虫子”，就是医学上所称的牙髓。人们把牙髓叫做“牙神经”，这是不准确的。因为牙髓内除含有大量的神经外，还有血管、淋巴

和结缔组织。当牙冠上的牙洞致使牙髓暴露或接近露出的时候，一经刺激，疼痛的程度是很厉害的。



牙齿有哪些功能

人体每天都要从食物中摄取营养，一日三餐是人类赖以生存的必要条件，但食物并不能被人体直接利用，必须经过一系列的消化和吸收的过程，才能转化为人体所需要的养分。在这个过程中，牙齿的咀嚼作用则首当其冲。

长在口腔最前面的切牙（门牙），宽而扁平，像一把铲子，上下切牙相对，又好似一把剪刀可用来切断食物；尖牙（犬齿）位于口角，牙尖锐利，形体粗状且是口腔中牙根最长的，也是最牢固的，它的主要功能是撕裂食物；磨牙的牙面最大，上下磨牙交错咀嚼，就像石磨一样起到粉碎食物的作用；前磨牙有两个牙尖，又叫做“双尖牙”，有捣碎食物的功能，还能协助尖牙与磨牙撕裂和磨碎食物。如此，

食物经过切断、撕裂、捣碎、磨细，再与唾液充分混合形成食团，唾液中的淀粉酶也开始对食物进行初步消化作用。与此同时，食物的气味刺激嗅觉器官，反射性地引起胃、肠、胰、胆囊的活动，从而为进一步的消化吸收做好了准备。如果一个人牙齿不好或是全掉光了，只能吃些较软的食物，那么势必会导致营养缺乏，并加重了胃肠的负担，影响食物的消化吸收，时间长了，还会引起胃肠道和其他方面疾病。所以说牙齿的这种机械性消化功能是十分重要的，没有上述过程，小肠的吸收功能也将会大大地减低。

牙齿除了有咀嚼功能外，还与发音和语言密切相关。人们常用“伶牙俐齿”比喻能言善辩，可见一口完美无缺的牙齿能够使人们的语言表达能力更加完善，牙齿位于唇舌之间，发音时，相互配合，缺一不可。舌的活动亦受到牙齿的限制，有利于发音的准确和语言的清晰。特别是前牙对发音和语言的影响更大，若前牙缺失，则气流的逸出控制不完全，说话时便会“漏风”；而舌在发音时失去了牙齿的限

制，不能在正常范围内活动，有些需要舌尖抵住才能发出的音，这时就会出现发音困难，因而妨碍了语言的正确表达。



婴儿几个月长乳牙

婴儿出生后6个月左右，下颌乳中切牙开始萌出，以后是上颌乳中切牙，其他乳牙的萌出顺序也依次是“先下后上”，为乳侧切牙、第1乳磨牙、乳尖牙，最后为第2乳磨牙，在两岁左右乳牙全部萌出。一共长出20颗乳牙。下牙萌出的时间一般比上牙早，第1乳磨牙比它前面的乳尖牙萌出早。也就是说，从中线由前向后数，第4颗乳牙比第3颗乳牙早长出。

婴儿乳牙萌出的时间，由于每个婴儿的发育情况不同，有的可能早些，有的可能晚些。早的出生不久牙就长出来了，这也许会给母亲的哺乳带来不便。其原因是由于乳牙的牙胚距口腔黏膜近的缘

故，此时如果过早长出的牙不造成哺乳困难，不损伤同侧对口牙床，不松动，则可以不作处理。有的婴儿出牙晚，比一般情况迟三四个月，假如超过1岁还没有出牙，应该到医院检查，找出原因。



乳牙什么时候脱落，恒牙什么时候萌出

一般说来，乳牙脱落的时间，就是相应的乳牙下面继承的恒牙萌出的时间，但在有些情况下，乳牙往往会过早的脱落，严重影响儿童咀嚼、发音的功能，从而进一步影响其生长和发育。

造成乳牙过早脱落的主要原因就是龋齿。这是由于乳牙的釉质较薄，钙化程度低，尤其是乳磨牙之易磨损而嵌塞食物，再加上多数儿童不能做到有效地刷牙，致使发生龋齿，逐渐破坏，导致松动而脱落。

当恒牙萌出、乳牙脱落，这个阶段口腔内有恒