

王陇德 总主编

健康9元书系列

宝宝长牙和换牙

麻健丰 梅丽琴 编著



金盾出版社

王陇德总主编

健康9元书系列

宝宝长牙和换牙

麻健丰 梅丽琴 编著

金盾出版社

内 容 提 要

全书共分六部分,分别介绍了有关牙齿的基本知识、宝宝长牙、换牙、蛀牙以及其他常见口腔知识和日常生活中对口腔的认识误区,涉及内容具有广泛的代表性和普遍性。本书力求内容新颖、科学实用,语言通俗易懂。适合那些将要或正在养育宝宝的年轻父母、爷爷奶奶、家政健康咨询人员、刚从事口腔专业的医务人员和医学生以及关心宝宝健康成长的社会大众阅读。

图书在版编目(CIP)数据

宝宝长牙和换牙/麻健丰,梅丽琴编著.--北京:金盾出版社,2012.5

(健康9元书系列/王陇德总主编)

ISBN 978-7-5082-7611-3

I. ①宝… II. ①麻…②梅… III. ①乳牙—保健—基本知识 IV. ①R788

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第082311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

北京天宇星印刷厂印刷、装订

各地新华书店经销

开本:787×930 1/32 印张:3.5 字数:50千字

2012年5月第1版第1次印刷

印数:1~50000册 定价:9.00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)

编委会

总主编

王陇德

副总主编

胡大一 瞿佳 洪昭光 向红丁

编委

(以姓氏笔画为序)

王爱华	向阳	余震	张文瑾
张秀华	杨新春	陈伟	陈肖鸣
陈浩	姚鹏	贾福军	郭冀珍
高珊	麻健丰	薛延	

序

随着经济的发展,时代的进步,医疗卫生水平的提高,我国疾病谱发生了很大变化,预防为主的观念也在变化。过去讲预防为主,主要是预防传染病,因为传染病是当时居民的主要死亡因素。近些年来,虽然传染病得到有效控制,可是脑卒中、冠心病、高血压、糖尿病等慢性病却成为影响居民健康的主要因素。2008年公布的“我国居民第三次死因抽样调查结果”显示,脑血管病已成为我国国民第一位的死亡原因,死亡率是欧美国家的4~5倍、日本的3.5倍,甚至高于泰国、印度等发展中国家。《中国心血管病报告2010》显示,目前全国有高血压患者2亿人,成为严重威胁我国人民健康的主要疾病。然而,我国人群高血压的知晓率、治疗率和控制率仅分别为30.2%、24.7%和6.1%,仍处于较低水平。高血压不仅是一个独立的疾病,也是脑卒中、冠心病、肾衰竭和眼底病变的主要危险因素。高血压患者还常常伴有糖尿病等慢性疾患。

当前,造成我国国民慢性疾病上升的主要原因有:

不健康的生活方式:除了平均寿命延长以外,另一个主要原因就是长期不健康的生活方式。不健康的生活方式助长了慢性病的高发和威胁。很多人长期大鱼大肉,摄入过多的热能,加之不良的生活习

惯,如过量饮酒、吸烟、身体活动不足,导致肥胖、动脉硬化等。这些都是慢性疾病的主要危险因素。

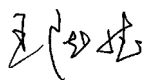
健康素养水平较低:人民的健康知识并未随着生活水平的提高而增多。中国健康教育中心(卫生部新闻宣传中心)公布的我国首次居民健康素养调查结果显示,我国居民具备健康素养的总体水平为6.48%,即每100人中仅有不到7人具备健康素养。本次调查就科学健康观、传染病预防、慢性病预防、安全与急救、基本医疗5类健康问题相关素养现状进行了分析。结果表明,慢性病预防素养水平最低,仅为4.66%。

养生保健中的误区:由于健康知识的不足,人们在养生保健中的误区也十分常见,如蛋黄里含有大量的胆固醇,血脂高的人群不能吃蛋黄;水果是零食,可吃可不吃;爬山是中老年人最好的锻炼;闻鸡起舞,中老年人晨练好处多等。这些误区不仅起不到保健的作用,而且可能造成对健康的损害。

由此可见,改变人们不科学的生活方式,提高群众的健康知识水平显得尤其重要。金盾出版社邀我组织编写一套防病治病和养生保健类的科普图书。《健康9元书系列》正是秉承了这一使命,将深奥的医学科学知识转化为通俗易懂的老百姓的语言,将科学的健康知识呈现给大家,正确指导群众的保健行为。《健康9元书系列》共50种,编写此套系列丛书的50余位作者中,既有胡大一、洪昭光、向红丁等一批全国知名的大专家,也有活跃在基层医院临床第一线的中青年专家。他们都拥有扎实的医学理论

基础和丰富的临床经验。更为难能可贵的是,他们除了做好自己的医疗、教学和科研工作以外,都热衷于健康科普宣传工作,花费了大量的业余时间编写这套系列丛书。这套系列书从常见病的防治到科学的养生保健方法,从慢性疾病的营养配餐到心理保健,涉及面广,实用性强,让读者看得懂,学得会,用得上。希望通过《健康9元书系列》的出版,为我国民众的健康知识教育和健康水平的提高贡献一份力量。

中华预防医学会会长
中国工程院院士



2012年4月于北京



前言

“小孩牙齿反正迟早要换掉的，所以牙齿蛀虫了，不要紧，无需处理”。或许，你周围的亲朋好友正为你家宝宝牙齿问题该如何处理而“出谋划策”，甚至你自己也是这么认为的。那么，本书值得你翻一翻，了解一下有关宝宝成长过程中口腔牙齿方面的知识和日常生活中存在的误区。否则，一些口腔方面的认识误区会影响宝宝的生长发育及正常的生理功能，导致营养不良、牙齿排列不齐、脸部发育受限或不对称等不良后果而影响美观。

本书根据家长朋友们对宝宝口腔护理知识的渴求，结合儿童口腔医师在临床接诊过程中经常碰到的患儿家长关心又易误解的问题，加以整理汇总而成。全书共分六部分，分别介绍了有关牙齿的基本知识、宝宝长牙、换牙、蛀牙，以及其他常见口腔知识和日常生活中对口腔的认识误区，涉及内容具有广泛的代表性和普遍性。本书在编写过程中力求内容新颖、科学实用，语言通俗易懂。适合那些将要或正在养育宝宝的年轻父母、爷爷奶奶、家政健康咨询人员、刚从事口腔专业的医务人员和医学生，以及关心宝宝健康成长的社会大众阅读。

本书的编写得到温州医学院附属口腔医院儿童口腔医学教研室各位老师的大力支持和通力合作，在此一并感谢。由于编者学术水平的局限性，本书在选题和内容方面难免有疏漏和不当之处，恳请大家不吝指正。

麻健丰



一、认识宝宝的牙齿	(1)
1. 人的一生有几副牙齿	(1)
2. 牙齿的结构	(1)
二、宝宝长牙了	(3)
1. 宝宝口腔里有几颗牙齿	(3)
2. 宝宝什么时候开始长牙	(4)
3. 牙齿数目多或者少是什么问题	(5)
4. 宝宝长乳牙时也会发热	(6)
5. 宝宝长牙常见问题	(7)
6. 宝宝吃出一口健康好牙	(8)
7. 宝宝牙齿发黑了	(11)
8. 喂奶后要给宝宝清洁口腔	(12)
9. 给宝宝选择合适的牙刷和牙膏	(13)

✿ 宝宝长牙和换牙 ✿

10. 宝宝能用电动牙刷吗 (15)
11. 宝宝能洗牙吗 (16)
12. 刚出生的宝宝嘴里就有牙齿吗
..... (18)
13. 什么是“马牙” (19)
14. 宝宝迟迟不长牙怎么办 (19)
15. 看牙医从孩子长第一颗牙齿开始
..... (20)
16. 孩子应多久看一次牙医 (21)
17. 含手指、含奶嘴对长齐牙有影响
..... (21)
18. 乳牙之间的缝隙别担心 (23)
19. 乳牙“地包天”请及时矫正 (24)
20. 乳牙的重要作用 (25)
21. 乳牙摔伤了怎么办 (26)
- 三、宝宝换牙了 (28)
 1. 孩子什么时候开始换牙 (28)
 2. 宝宝换牙要注意什么 (29)
 3. 刚换的门牙怎么这么大 (31)
 4. 换牙太早或者太晚有什么问题
..... (31)
 5. 提前拔掉乳牙,是否恒牙能长得

整齐点	(32)
6. 孩子长了“双排牙”怎么办	(34)
7. 宝宝拔牙能打麻药吗	(35)
8. 宝宝拔牙后需要注意的问题	(36)
9. 乳牙掉了1年多,恒牙还没长 ...	(38)
10. 尖尖的上门牙原来是多余的 ...	(39)
11. 新换的上门牙之间缝隙很大 ...	(40)
12. 孩子新换的门牙为什么是锯齿形的	(41)
13. 孩子以前的乳牙白白的,为什么 新长出的恒牙偏黄	(42)
14. 我是一只丑小鸭	(43)
15. 如何区分乳恒牙	(45)
16. 换好的牙齿摔断了怎么办	(46)
四、宝宝有蛀牙了	(48)
1. 宝宝刚长出的牙齿为什么会一块 一块地掉	(48)
2. 宝宝为什么会有蛀牙	(49)
3. 天天刷牙为什么还会有蛀牙	(50)
4. 喝奶会蛀牙	(51)
5. 蛀牙是不是与遗传有关	(52)
6. 龋齿也会传染	(54)

✿ 宝宝长牙和换牙 ✿

7. 乳牙蛀了会有什么后果 (55)
8. 蛀牙要尽早治疗 (57)
9. 宝宝治疗牙齿时家长要做些什么
..... (59)
10. 宝宝蛀牙也会脸肿 (61)
11. 治疗乳牙也可以杀牙神经 (62)
12. 孩子牙龈长脓包不是上火 (63)
13. 牙痛牙肿只吃消炎药不管用 ... (64)
14. 为什么看好一颗牙要那么多次
..... (66)
15. 看牙时拍 X 线片对小孩会不会
有影响 (67)
16. 乳牙补好了能用多久 (68)
17. 乳牙修补不会影响换牙 (70)
- 五、关键的“六龄牙” (72)
 1. “六龄牙”长出来就不换了 (72)
 2. “六龄牙”的重要性 (73)
 3. “六龄牙”一不小心就蛀了 (74)
 4. 给“六龄牙”穿上保护衣——
窝沟封闭 (75)
- 六、宝宝口腔的其他问题 (77)
 1. 宝宝经常流口水 (77)

2. 宝宝长鹅口疮了 (79)
3. 宝宝得了“鹅口疮”该怎么办 (80)
4. 宝宝嘴巴怎么会破了 (81)
5. 宝宝舌头下面那根“筋”是不是
 要剪掉 (82)
6. 孩子发音不清要重视 (85)
7. 宝宝嘴里长溃疡,不肯喝奶 (87)
8. 孩子舌头为什么是花的 (88)
9. 宝宝口臭 (90)
10. 宝宝磨牙 (92)

一、认识宝宝的牙齿

1. 人的一生有几副牙齿

人一生有两副牙齿,即乳牙和恒牙。乳牙,顾名思义就是小孩子的牙齿,通常在出生 6~8 个月时开始萌出,乳牙是人生的第一副牙齿。宝宝在 6~7 岁时开始换牙,乳牙陆续脱落由恒牙替换。12 岁左右,所有的乳牙全部被恒牙替换完毕。恒牙是人生的第二副牙齿,为人体的健康服务终生。

2. 牙齿的结构

儿童牙齿的构造从外部观察,整个牙齿是由牙冠、牙根及牙颈三部分组成。我们能够看到的暴露在口腔中的那部分白色矿化物质叫牙冠,它是发挥咀嚼功能的主要部分,依据咀嚼功能不同,形态各异;被深深包埋在牙槽骨中的是牙根,它是牙体的支持部分;牙冠与牙根交界的地方称为牙颈部。

儿童牙齿的构造从纵剖面观察,牙齿主要由牙釉质、牙本质、牙骨质、牙髓四部分组成。牙釉质是

✿ 宝宝长牙和换牙 ✿

人体内最硬的组织，覆盖在牙冠外层，呈白色半透明；牙本质位于牙釉质的内层，构成牙齿的主体；牙骨质在牙根的表面，较薄，颜色较黄；牙齿的中央有一小腔，叫牙髓腔；牙髓腔里充满神经和血管，称为牙髓。治疗牙齿时，钻磨牙齿的酸痛感就是牙髓组织传导的(图 1)。

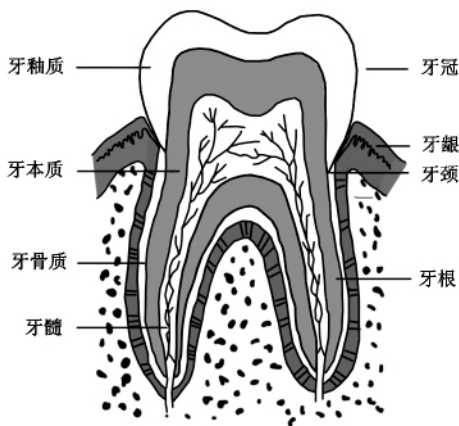


图 1 牙齿的结构示意图

(梅丽琴 麻健丰)

二、宝宝长牙了

1. 宝宝口腔里有几颗牙齿

乳牙由于在吃奶时就开始长出,所以称为乳牙。它们小而不耐磨,共 20 颗。从妈妈怀孕第二个月开始发育,出生后 6 个月左右萌出,到 2 岁半至 3 岁全部萌出。

根据每个乳牙的形态、功能不同,将牙齿分为乳切牙、乳尖牙和乳磨牙。乳切牙又分乳中切牙、乳侧切牙,乳磨牙分第一乳磨牙、第二乳磨牙。宝宝口腔分为右上、右下、左上、左下四个区域,每个区域从正中往后分别为乳中切牙、乳侧切牙、乳尖牙、第一乳磨牙和第二乳磨牙。切牙可以切割食物,尖牙用来撕裂食物,而磨牙可以磨碎食物(图 2)。

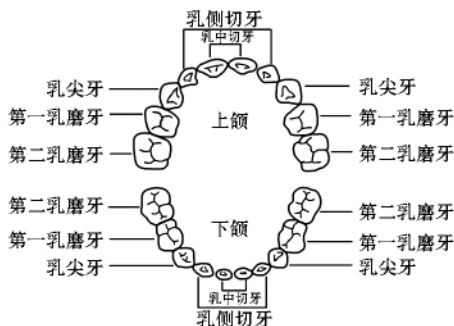


图 2 乳牙的排列及名称