

王陇德总主编

健康9元书系列

戴牙箍的孩子

——让孩子的牙齿健康美丽



主 编

胡荣党 王剑锋

编 者

张硕非 伊 松

陈伟挺 秦化群

金盾出版社

内 容 提 要

本书以牙齿矫治的程序为主线,分别介绍牙齿矫治前、矫治中、矫治后,家长和孩子应该了解的知识以及该做些什么。同时,也简单介绍了牙齿矫治的基本知识、技术特点,以及家长经常顾虑的一些问题。

图书在版编目(CIP)数据

戴牙箍的孩子——让孩子的牙齿健康美丽/胡荣党,王剑锋主编.--北京:金盾出版社,2012.5
(健康9元书系列/王陇德总主编)
ISBN 978-7-5082-7638-0

I. ①戴… II. ①胡…②王… III. ①小儿疾病—牙疾病—防治 IV. ①R788

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第081752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

北京燕华印刷厂印刷、装订
各地新华书店经销

开本:787×930 1/32 印张:3.125 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、血管硬化等。这些都是慢性疾病的主要危险因素。

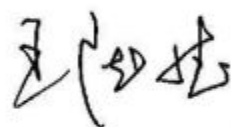
健康素养水平较低:人民的健康知识并未随着生活水平的提高而增多。中国健康教育中心(卫生部新闻宣传中心)公布的我国首次居民健康素养调查结果显示,我国居民具备健康素养的总体水平为6.48%,即每100人中仅有不到7人具备健康素养。本次调查就科学健康观、传染病预防、慢性病预防、安全与急救、基本医疗5类健康问题相关素养现状进行了分析。结果表明,慢性病预防素养水平最低,仅为4.66%。

养心保健中的误区: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

几年前，大医院正畸科的门诊号“一号难求”，人们彻夜排队的场景记忆犹新。然而突然发现如今，在学校里、大街上随处可见一群群戴着“牙箍”的孩子。戴“牙箍”正逐渐成为孩子们生活中一件非常普通的事情，这与孩子们对自身面部美观要求提高、模仿同龄人接受牙齿矫治外，也和家长“望子成龙”、“望女成凤”的心理需求有很大关系。近年来，一些成年人也加入了戴“牙箍”的行列，台湾著名主持人小S在她的“小S的牙套日记”一书中记述了从自己开始戴“牙箍”到最后完成治疗的心路历程。似乎戴“牙箍”也是一件很健康、很时尚的事情。

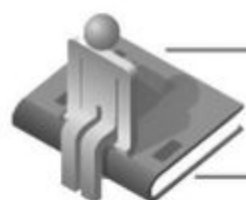
口腔正畸学是一门专业技术性很强的新的学科，即使是普通牙科医师对口腔正畸知识也一知半解，有时会给患者不正确、不全面的答案。我从事口腔正畸工作20余年中，听到很多关于口腔正畸的误解与顾虑，如“矫治后牙齿容易松动、脱落”，“牙齿矫治的最佳年龄是13岁”等。因此，广大读者非常需要一本通俗易懂的口腔正畸学科普书。

本书将从普通读者容易理解的角度出发，以牙

齿矫治的程序为主线,分别介绍牙齿矫治前、中、后,家长和孩子该了解些什么及做些什么,并将口腔正畸学的基础知识、技术特点、患者顾虑和注意事项等问题融合其中。当读完本书或翻看本书的某些内容后,读者会对口腔正畸学有一个基本的了解,可以减少许多顾虑,更主动地配合医师完成牙齿矫治,这也是本书编著者的愿望。

温州医学院附属口腔医院的伊松、陈伟挺和秦化祥参与了编写,《温州晚报》的陈万里为本书提供卡通画。在此一并表示衷心感谢!

胡荣党



目 录

一、孩子的牙齿需要矫治吗	(1)
1. 牙齿的结构和替换常识	(1)
2. 牙齿整齐未必就好用	(3)
3. 牙齿不齐及颌骨异常影响面部美观	(5)
4. “暴牙”带来的纠结	(6)
5. “地包天”需要矫治吗	(8)
6. 牙齿排列不齐需要矫治吗	(8)
7. “短下巴”需要矫治吗	(10)
8. 孩子的门牙为何咬不断面条	(11)
9. 孩子的牙齿为什么迟迟不长	(12)
10. 刚换的门牙有牙缝或歪斜需要马上矫 治吗	(14)
11. “松动牙”可以矫治吗	(15)
12. “打鼾”通过戴矫治器能治疗吗	(17)
13. 颞下颌关节疼痛能通过牙齿矫治来改 善吗	(17)
14. 牙齿排列不齐的孩子为什么越来越多	(19)
15. 乳牙龋坏、过早脱落会造成恒牙长不齐	(20)
16. 吮手指、咬嘴唇、吐舌头、张嘴呼吸等 不良习惯会影响牙齿排列吗	(21)
17. “地包天”会不会遗传	(23)

※ 戴牙箍的孩子 ※

- 二、牙齿矫治是什么…………… (24)
 - 1. 矫治大功臣——矫治器的介绍…………… (24)
 - 2. “牙箍”不露痕——谈谈美观矫治器…………… (26)
 - 3. 矫治就是将牙齿排整齐吗…………… (28)
 - 4. 改变脸型——牙齿矫治也能做到…………… (29)
 - 5. 牙齿矫治并不是万能的…………… (30)
 - 6. 一把双刃剑——生长发育对牙齿矫治的影响…………… (31)
 - 7. “短下巴”矫治分步走…………… (32)
 - 8. 牙齿移动的奥秘…………… (33)
 - 9. 拔牙后的牙缝能合上吗,需要镶牙吗…………… (34)
 - 10. 矫治时拔牙是否影响智力…………… (35)
 - 11. 矫治使用的材料影响健康吗…………… (36)
 - 12. 矫治过程中“打钉子”对人体有害吗…………… (36)
- 三、牙齿矫治前该了解什么…………… (38)
 - 1. 如何选择口腔正畸医生…………… (38)
 - 2. 矫治前,孩子和家长该有怎样的心理准备…………… (38)
 - 3. 矫治前需要做哪些牙科治疗…………… (40)
 - 4. 不要错过牙齿矫治的最佳时间…………… (40)
 - 5. “地包天”要早治…………… (41)
 - 6. 孩子“短下巴”怎么办…………… (42)
 - 7. 戴“牙箍”是孩子的专利吗…………… (43)
 - 8. 成人和儿童的矫治有啥不一样…………… (44)
 - 9. 牙齿矫治前需要做哪些检查…………… (45)
 - 10. 家长怎样与医生有效沟通…………… (47)
 - 11. 为什么治疗方案因人而异…………… (48)

12. 牙齿矫治的就诊流程	(49)
13. 为什么牙齿矫治有时需要拔牙	(50)
14. 矫治设计要拔四颗牙时,可以少拔一 颗吗	(52)
15. 牙齿矫治时能拔“虎牙”吗	(52)
16. 牙齿矫治可以只做几颗牙吗	(54)
17. 广告说的“7 天快速矫治牙齿”是真的 吗	(54)
18. 牙齿矫治有时要把牙齿侧面磨窄一 点,有负面影响吗	(55)
19. 医生用什么办法移动牙齿	(56)
20. 牙齿矫治需要多长时间	(57)
21. 牙齿矫治要多少费用	(58)
22. 拍牙齿 X 线片会影响身体吗	(59)
四、牙齿矫治过程中该注意什么	(60)
1. 戴上“牙箍”就可以高枕无忧吗	(60)
2. 复诊间隔时间越短越好吗	(61)
3. 不按时复诊,后果很严重	(62)
4. 为什么要佩戴橡皮筋、“打钉子”	(62)
5. 牙齿矫治会引起“蛀牙”吗	(64)
6. 如何给“牙箍”洗洗澡	(65)
7. 戴上“牙箍”会影响饮食吗	(66)
8. 戴上“牙箍”能参加体育运动吗	(67)
9. “牙箍”怎么会松动了	(67)
10. 戴上“牙箍”后牙龈出血怎么办	(68)
11. 孩子戴“牙箍”,家长给予哪些帮助	(69)
12. 牙齿矫治疼不疼	(70)

※ 戴牙箍的孩子 ※

13. 戴上“牙箍”后影响发音吗 (71)
 14. 什么情况该联系医生 (71)
 15. 矫治过程中牙齿有点松动要紧吗 (73)
 16. 矫治期间要出国怎么办 (73)
 17. 矫治期间怀孕了怎么办 (74)
 18. 活动矫治器怎样清洁 (75)
- 五、牙齿矫治结束后就万事大吉了吗 (77)
1. “牙箍”拆掉后还要复诊吗 (77)
 2. 牙齿矫治后一定要戴保持器吗 (77)
 3. 保持器有几种 (78)
 4. 保持器要戴多久 (80)
 5. 戴保持器有哪些注意事项 (81)
 6. 矫治后的牙齿容易过早脱落吗 (82)
 7. 矫正后门牙的牙龈出现“黑三角”怎么办
..... (83)
 8. “地包天”易复发吗 (85)

一、孩子的牙齿需要矫治吗

1. 牙齿的结构和替换常识

每个牙齿是一个具有复杂结构的独立器官。我们看见口腔里有上下两排牙齿，这不是牙齿的全部，只是牙齿的一小部分，称为牙冠。另外，还有生长在牙槽骨里的牙根和牙齿中央的牙髓等。

如果将牙齿纵向剖开来观察，牙齿是由牙釉质、牙本质和牙骨质等三层硬组织，以及最里面的牙髓软组织构成的(图 1)。其中，牙釉质构成牙冠的表层，为半透明的白色硬组织，是人体内最坚硬的组织，也就是通常所说的珐琅质。最里面的牙髓布满神经血管，为整个牙齿提供营养，感受各种感觉刺激，因此牙齿不是实心的。



图 1 牙齿结构图

※ 戴牙箍的孩子 ※

牙齿不是孤零零地悬挂在牙龈上,而是靠牙根生长在牙槽骨内,从而稳固地长在上下颌骨上,能咀嚼硬的食物。牙龈是紧贴在牙槽骨外的口腔黏膜。牙根和周围的牙槽骨之间的关系非常奇妙,有数万根极细的小韧带将牙齿悬吊在牙槽骨上,这些细的韧带和一些血管神经称为牙周膜。牙周膜、牙槽骨、牙龈对牙齿起到了支持的作用。

人的一生有两副牙齿,一副叫乳牙,从6个月左右开始萌出下排的乳中切牙,至2岁半左右全部出齐;另一副叫恒牙,从6岁左右开始萌出,并逐渐替换乳牙(图2),到12岁左右完成将乳牙全部替换,共萌出28颗或32颗恒牙,这一副牙齿将使用终生。从6~12岁期间,孩子口腔中既有乳牙,也有恒牙,称之为替牙期。不管是乳牙还是恒牙,它们对孩子口腔的咀嚼功能、颌骨的发育均有非常重要的作用,



图2 乳恒牙的替换

✿ 一、孩子的牙齿需要矫治吗 ✿

家长要帮助孩子好好地保护每一颗牙齿。

为什么有些牙会被替换而另一些牙却不会被替换？恒牙的萌出往往有一定的时间和顺序。一般在6周岁左右，最里面的牙龈上会萌出第一颗恒牙，又称“六龄牙”，它不替换任何乳牙，也不会被替换。有一些孩子在6周岁左右首先萌出下颌的两个恒中切牙，替换下颌两个乳中切牙。只要是6岁以后萌出的牙齿都是恒牙，不会被替换的。

第三恒磨牙(俗称智牙)在20岁左右萌出，每个人差异较大，有部分人的第三恒磨牙终生都不萌出。

2. 牙齿整齐未必就好用

俗话说得好，牙好胃口就好，吃嘛嘛香。

正常牙齿的排列呈整齐的圆弧状，又叫牙弓。牙齿排列不齐不仅影响美观，还会影响正常的咀嚼功能。牙齿不整齐，会让孩子吃饭时出现塞牙缝的窘境；并且由于牙齿咬合面积减少，会降低咀嚼效率，严重的可能会导致消化不良和胃肠道疾病，影响儿童生长发育。

那么牙齿排列整齐就好吃东西吗？答案是，不一定。由于吃东西的时候需要上下排牙齿协同作战，仅靠单排牙是不能完成的。当上排牙齿跟下排牙齿紧密咬合，形成良好的咬合关系，才能很好地发挥咀嚼功能。

良好的上下排牙齿咬合关系(图3)，除单排牙

※ 戴牙箍的孩子 ※

排列整齐外,还必须有几个基本要求:①上排牙包住下排牙。②上颌前排的门牙盖住下排门牙上部的三分之一。③上、下排门牙的中线对齐。④从尖牙(即虎牙)开始向后,上排的一个牙齿要咬在下排的两个牙齿之间。通俗地说,就是上下牙齿要像齿轮一样,齿窝相扣才能获得最佳的咀嚼功能。



图3 良好的咬合关系

如果达不到以上的几个标准,在口腔医学上称之为咬合不良(图4),咀嚼食物的功能也不好。



图4 不良的咬合关系

因此,排列整齐的牙齿配合上下排牙齿良好的咬合关系,才能更好地咀嚼食物。

3. 牙齿不齐及颌骨异常影响面部美观

外伤、瘢痕等都会对人的美貌造成影响,但是一些人的面貌不美观是由于牙齿排列不齐、颌骨大小异常引起的。

面部以眼睛、鼻子为界,分为上、中、下3个部分,同时眼睛、鼻子、嘴唇的宽度占面部宽度的一定比例。各部分比例协调是面容漂亮的基础(图5)。

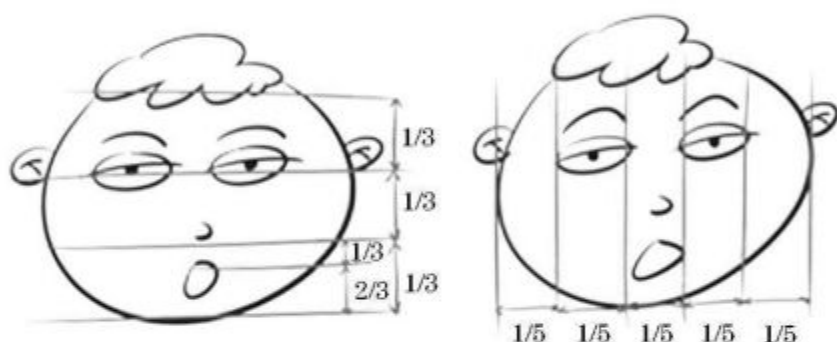


图5 协调的面部高度和宽度比例

口腔作为面部下三分之一,对面部美观影响很大。只有具备了良好形状的牙弓、排列整齐的牙齿和适合的前后向突度,以及上下牙齿形成正常的咬合关系,才能衬托出协调的面部外观。

如果以上协调的比例被打破,就会引起面部不美观。例如,有些人的前牙过于向前翘,俗称“暴牙”,这些“暴牙”将嘴唇向前顶起,使得嘴唇前突,从侧面上看,面部的下三分之一位置特别靠前,非常不美观,尤其是女性,更显得不像人们传统观念中淑女形象。同时,这类人上下唇难以闭合,俗称“开唇露