

趁暑假 带着孩子去箍牙

牙病专刊



7月5日一上班,长沙市第三医院口腔正畸科何杨副主任医师就接待了一大家子,3大3小共6人,从宁乡一大早起过来,其中两个女孩需要看牙齿。两人是表姐妹,都是13岁,检查发现两人都存在牙列不齐、乳牙滞留、牙垢较多、牙龈出血等问题,且还伴有龋齿。详细了解后发现,两人都习惯单侧咀嚼,常感觉牙痛;平时都不喜欢吃有嚼劲需要啃的东西,特别喜欢吃零食,不注意口腔卫生,刷牙也常常马虎了事。根据两位孩子的口腔状况,何医生为她们制定了周密的矫正计划,相信会如她们所愿,拥有一口整洁美观的牙齿。

暑假来临,来医院做“箍牙”的孩子渐渐增多。在大多数家长看来,孩子矫正牙齿最合适的时机是在12岁,亦即换完牙以后。长沙市第三医院口腔科主任、主任医师徐红表示,并非所有的牙齿畸形都得等到12岁再做矫治。当儿童出现颌骨发育畸形或者影响牙齿健康时,越早矫正效果越好。

牙齿畸形影响孩子身心发育

错颌畸形表现多样,比如牙列拥挤、反颌(俗称“地包天”)、深覆盖(俗称“龅牙”)等。徐红主任表示,错颌畸形危害很大,

首先会影响口腔健康,诱发虫牙、牙垢、牙龈炎、牙周炎的发生。其次,错颌畸形会导致颌面软组织发育不全,最终造成面部发育不对称,影响面部的美观,给孩子带来身心困扰。错颌畸形还会对咀嚼功能造成不良影响,不利于营养的吸收。

牙齿矫正要趁早,“就像小树苗一样,小的时候长歪了,及时扶正了就能长成参天大树;如果小时候不干预,长成了歪脖子树再去纠正,代价和效果可想而知。”徐红主任用了一个形象的比喻来解释儿童牙齿矫正的意义。

儿童牙齿矫正的三个“黄金时期”

徐红主任介绍,儿童牙齿矫正有三个“黄金时期”:

一、乳牙期阶段(3-5岁) 该期主要适用于乳牙反颌,早期矫治有利于上颌骨发育,预防恒牙反颌。如果孩子有伸舌、咬唇等不良习惯,在这个阶段即时纠正可预防错颌畸形的发生。

二、替牙期阶段(女孩:6-12岁,男孩:6-14岁) 对于功能性或骨性错颌畸形,在这个阶段治疗可以充分利用颌骨的生长潜能,通过促进或抑制颌骨的生长而达到治疗目的,起到事半功

倍的作用,对改善孩子的面型和功能更有利。

三、恒牙期阶段(女孩:11-14岁,男孩:13-16岁) 此时,孩子的牙齿已替换完,骨骼基本定型,一般常见的错颌畸形在这个阶段都可以得到很好的治疗。

暑假是矫正牙齿的最好时机

很多人通过牙齿矫正获得了自信,但矫正过程并不是一蹴而就的。

徐红主任介绍,常规的牙齿矫正通常分为四步:一是牙齿卫生情况的准备。不少孩子牙齿卫生情况较差,需要在矫正前完成牙齿清洁工作,即洗牙。二是牙龈炎、龋齿等疾病的处理,时间约为1-2个星期。三是牙齿矫正方案的确定。制定方案中,有些患者需要通过拔牙来减少牙齿的数量,适应较小的颌骨,大概要1-2个星期。四是牙齿矫正器的制作与适应,时间约为1个星期。一般来说,常规的牙齿矫正初期准备和矫正器佩戴需要2-4个星期,佩戴矫正器后适应期约1个星期,之后每1-2个月复诊一次。现在的孩子学业重,时间紧,暑假时间充裕,因此是给孩子做牙齿矫正的最好时机。

通讯员 唐梦辉 王泽芳 余海燕

科室简介

长沙市第三医院口腔科目前开设口腔预防科、牙体牙髓科、牙周科、儿童口腔科、口腔粘膜科、口腔颌面外科、口腔修复科、口腔正畸科、口腔种植科、口腔颌面影像中心。现有医生13名,其中主任医师1人,副主任医师3人;护士6人,其中副主任护师1人,主管护师1名。

科室拥有国内外一流的口腔先进检查及治疗设备,医护团队竭诚为患者服务。为帮助更多的孩子,今年暑假科室特推出优惠活动,正畸优惠1980元,免费拍全景片及头颅侧位片,免费窝沟封闭,免费涂氟,可预约周末门诊。

咨询电话:0731-85171576
85171425

专家介绍

徐红 长沙市第三医院口腔科主任,主任医师。从医近30年,具有丰富的临床和教学经验。擅长复杂牙种植及重度牙周炎系统治疗。

坐诊时间:周一至周五

何杨 长沙市第三医院口腔科副主任医师,湖南省口腔医学会正畸学会委员。从医近30年,具有丰富的临床和教学经验。擅长儿童、青少年、成人牙颌畸形的功能矫正。

坐诊时间:周一至周五

医院地址:长沙市劳动西路176号

老人应注重提高自我口腔保健能力

大多数老年人的口腔功能都有不同程度的丧失。牙齿松动、缺失是常有的现象,要使口腔内的余牙保持健康,一是由专业人员帮助洁齿和治齿;二是及时修复缺失牙。同时,平时的日常生活要注意提高自我口腔保健能力。

漱口 每次进食后漱口可以去除食物残渣和部分软垢,暂时减少口腔内微生物的数量。

刷牙 老年人最好选用刷头较小、刷毛软而有弹性、刷柄较扁而宽的老年人保健牙刷,刷牙时选用含氟牙膏,采用上牙向下刷、下牙顺着间隙向上刷的方法进行。

剔牙和洁牙 遇到牙缝较大、牙齿较稀疏的情况,要选择牙间隙刷及牙线进行邻面与根面的洁

牙,或者选择扁平楔状的木质牙签,在每个牙缝中间缓慢滑动,不要用力过大。

常做牙齿保健操 一种是叩齿法,每日早晚都以上牙对下牙空口咬撞20次,有促进牙槽骨及牙骨质新生的良好效果。其次是牙龈按摩法,以手指伸入口中在牙龈上揉按数十次,每次由后向前,由轻到重,长期坚持对促进牙龈血液循环,防治牙周疾病,大有好处。

纠正不良卫生习惯和生活方式 如戒烟戒酒、不用牙齿咬硬物



等。由于淀粉及脂肪像糖果一样对牙齿有损,建议少吃糖、蜜、油制成的糕点为佳。

湖南省第二人民医院
口腔治疗中心 刘遵望

几顿冰西瓜 引发牙痛

40岁的老达喜欢吃冰西瓜,这几天天气变热,他几乎每天都要吃半个。然而连吃几日后,牙齿却吃不消了,往往刚一咬冰西瓜,一阵钻心的疼痛便袭来。他到南京市第二医院口腔科就诊,该科蔡琴主任医师经过检查,发现老达全口牙结石沉积较多,牙龈萎缩严重,伴有不同程度的牙齿松动,冷刺激疼痛明显,已进展为牙周炎,且牙龈萎缩,牙根暴露,细菌逆行性地感染牙髓,导致牙齿冷刺激痛、自发痛等症状。

牙周炎的主要表现是牙龈炎症、出血、牙齿松动、咀嚼无力,严重者牙齿可自行脱落。牙周炎晚期可有疼痛、溢脓、口臭等症状。引起牙周炎的因素主要有:口腔卫生状况不良,没有早晚刷牙。营养不均衡,维生素缺乏。服用某些药物。此外,全身系统疾病也会促进牙周炎的形成。包括创伤性咬合、食物嵌塞、不良修复体、口呼吸等局部刺激因素。

蔡琴主任医师提醒,生活中应从以下几方面着手防治牙周炎。每天早晚使用科学的方法刷牙,保持口腔清洁。定期洁牙去除牙结石,磨改不良修复体及矫治食物嵌塞。均衡饮食,增强抵抗力。补充含有丰富维生素C的食品,有利于牙周炎的康复。

李杨

更年期 口腔也会经常不爽

口腔科医生近年注意到,一些50岁左右的女病人频频来求医,她们自诉舌头或口腔其他部位出现灼痛、麻木、味觉减退等感觉异常,但是医生检查时又没发现什么问题,或仅仅有轻度的舌乳头炎。这其实都是一种叫灼口综合征的病的表现。

灼口综合征在临床上并不少见,据临床统计资料,该症患者约占口腔科就诊病人的5.1%,更年

期女性中更为多见。很多病人以为灼口综合征是单纯的口腔疾患,其实其病因分为局部刺激、全身疾病及精神心理因素三个方面。口腔的局部因素包括烂牙的残根、残冠及补牙充填物或假牙的机械性刺激,还有牙结石、过度饮酒、吸烟等口腔的刺激。全身因素包括妇女更年期内分泌失调、干燥综合征、高血压、糖尿病、营养不良、贫血、维生素缺乏以及长期服用各种药物

等。同时,一项国外研究发现,72%的灼口综合征病人在发病前半年内遇到过不顺心的生活事件,并伴有明显的焦虑和抑郁。

因此,提醒大家如果有舌痛等口腔不适症状,要进行妇科、内分泌、心血管等方面的检查,看是否患有全身性疾病。其次,要找口腔科医生检查是否有口腔局部刺激因素。

济南市第五人民医院 张洪军