



# 正畸治疗,要漂亮更要健康!

随着人们生活水平和保健意识的不断提高,越来越多的人开始关注自己和家人的颜值与口腔健康,考虑矫正牙齿。大家俗称的“牙齿矫正”又称正畸治疗。正畸治疗前患者需要做一个系统、详细的检查,医生才能给出一个合理的治疗方案。同时,正畸治疗是一个长时间的过程,需要一两年,甚至更长时间的医患配合。准备进行正畸治疗的朋友,关于牙齿矫正的那些事您都了解了吗?

## 什么是正畸治疗?其治疗原理是什么?

正畸治疗是一种通过施加适当的力量和应力,矫正牙齿、颌面不正常位置和关系的方法,旨在改善牙齿的排列和咬合功能,同时可以改善面部外观。口腔正畸通俗地讲,就是将不整齐的牙齿排列整齐。矫治目标是美观、健康、功能、稳定。

正畸治疗的原理是基于口腔颌面的生物力学原理。医生通过施加轻微而持续的力量,在患者牙齿和颌骨上产生力和应力,促使它们移动到更正常的位置。口腔正畸的治疗范围主要包括各种畸形矫治,例如个别牙齿的错位萌出、牙弓形态和牙齿排列异常,牙弓、颌骨、颅面关系的异常等。常见的情况如牙齿的唇向或舌向错位(虎牙、兔牙),牙拥挤重叠错乱、牙间有缝隙、反合(瘪嘴)、牙齿前突或开合等。通过施加轻微而持续的力量可以通过以下方式施加:

1. 牙套 / 矫正器 牙套是一种由金属、陶瓷或透明材料制成的装置,贴附在牙齿表面,通过牙套的弓丝、弹簧和其他附件施加

力量,使牙齿移动到更好的位置。

2. 弹簧和弹力: 在牙套中使用弹簧和弹力系统可以产生适量的力量,用于调整牙齿和颌骨的位置。

3. 手术干预: 在某些情况下,如果牙齿和颌骨的异常严重,可能需要进行手术干预来改变骨骼结构。正畸治疗的原理基于牙齿和颌骨的可塑性和适应性。当施加适当的力量时,牙齿和颌骨组织会发生生理性的改变,骨组织会重塑以适应新的力量和位置。随着时间的推移,牙齿逐渐移动到理想的位置,达到牙列的平衡和咬合的正常状态。

正畸治疗的方案和疗程是根据每个患者的具体情况制定的,医生会进行详细的口腔检查、影像学评估和诊断,制定个性化的治疗计划,以达到最佳的治疗结果。

## 为什么要正畸治疗?

牙齿不好看,拍照从来都是闭着嘴的人很多。通过戴牙套,矫正不齐的牙齿可以显著提高颜值,同时在心理层面形成积极暗示。自信的笑容,为个人魅力加分。进行正畸治疗的必要性主要有以下几点:

1. 美观与自信 牙齿面部的不正常位置和关系,会影响外观美观,例如牙齿拥挤、错位或前牙突出等。

通过正畸治疗,可以改善牙齿的排列和面部轮廓,使其更加对称和美观,患者会感觉到满意,自信心也会随之增加。

2. 咬合功能 咬合不正,如开咬、交叉咬合、深覆盖等,不仅影响外观还可能影响咀嚼功能、发音能力和口腔舒适度。通过正畸治疗使牙齿和颌面之间的关系达到更正常的状态,提高咬合功能和口腔舒适度。

3. 牙齿健康 牙齿拥挤、错位或错颌会导致口腔卫生问题,使得牙齿难以清洁和保持健康状态,增加了龋齿、牙周病和其他口腔健康问题的风险。通过正畸治疗可以使牙齿排列更加整齐,减少食物残渣和细菌的滞留,便于清洁和保健,降低患口腔疾病的风险。

4. 颌面发育和功能平衡 颌骨的不正常发育可能导致面部不对称、下颌过短或过长等问题,不仅影响到外观美观,还可能导致咬合不正、咀嚼功能障碍和其他面部功能问题。通过正畸治疗,可以调整颌骨的生长和发育,达到颌面平衡和功能的



改善。

正畸治疗的必要性因个体情况而异,每个人的牙齿和颌面情况不同,治疗方案需要根据具体的口腔评估和诊断结果来制定。

正畸治疗优点很多,但同时存在一些潜在的缺点。它通常需要较长的时间来达到预期的结果,可能需要几个月甚至几年的持续治疗,开始治疗后会有不适感,从而对日常生活造成一些影响;传统的金属牙套在外形上较为明显,可能会影响患者的外貌;正畸治疗需要较高的费用。对于许多人来说,正畸治疗仍然是改善牙齿健康、咬合功能和面部外观的有效方法。

柳州市鹿寨县中医医院 李敏

# 打好口腔健康保卫战

1981年,世界卫生组织就提出了口腔健康的标准:牙齿清洁、无蛀牙、无疼痛感、牙龈颜色正常,没有出血的现象。为了达到这些口腔健康标准,就必须做好清洁口腔的日常护理。如果将维护口腔工作比喻为一场持久性战役,那么为了赢得这场战斗,就必须要每天坚持。

## 生活中常见的口腔疾病

在我们日常生活中,口腔是人体内最容易受到细菌感染的部位之一,一些常见的口腔疾病也困扰着广大群众。常见的口腔疾病包括牙龈炎、牙周炎、口腔溃疡以及口臭等。其中,牙龈炎是由于牙龈周围细菌感染而引起的牙周组织炎症。牙龈肿胀、出血、疼痛等是常见症状。口腔溃疡的症状主要表现为口腔黏膜及软组织有白色或黄色小溃疡,大小不一,边缘明显,常伴有轻度疼痛。不少人由于口臭而引发自卑等心理问题。由此可见,保护好口腔卫生,减少口腔疾病发生是多么重要。

## 口腔疾病对人体的危害

口腔疾病不仅会直接影响口腔的健康,而且还会引发其他身体系

统健康问题。口腔疾病可诱发四种疾病,不可轻视。首先是可致心脏病。空腔中的细菌可通过血液循环去到人体各处,引发相关抗体、凝集素,加重或引起亚急性感染性心膜炎、冠心病等心脏疾病。越来越多的证据表明,牙周病与心血管疾病之间也存在着必然的联系。牙龈发炎会导致C-反应蛋白增多,而C-反应蛋白偏高被认为是心脏病的一个致病因素。其次是肺炎。据有关资料统计,肺炎80%的诱因是吸入口腔、咽部含有细菌的分泌物,而这些分泌物大多是来自口腔。再其次就是糖尿病。最新的研究证明,牙龈炎与糖尿病之间的联系是双向的,一方面糖尿病患者更容易得牙龈炎,另一方面慢性牙龈炎是引发糖尿病的一个危险因素。因为牙龈炎可使细菌进入血液和活动细胞,产生对身体起破坏作用的炎症生物信号,一旦与胰岛素相关的细胞受损,就会引起2型糖尿病。另外,有研究证明胃炎和消化道溃疡是由幽门螺旋杆菌引起,而口腔中存在大量的幽门螺旋杆菌,药物很容易清除肠胃中的幽门螺杆

菌,而牙菌斑中的幽门螺旋杆菌难以清除,成为细菌库。

## 保卫口腔健康的几点建议

### 1. 基础性战役: 刷牙

养成每天早晚刷牙的好习惯。对于幼儿来说没有办法完成精细化的牙刷动作,这时候就需要家长介入,让宝宝慢慢的掌握刷牙的方法。6岁以上的宝宝就可以独立完成刷牙动作,家长只要进行监督即可。

### 2. 细节性战役: 牙间清洁

对于成人来说,要早晚各一次,每次刷牙要维持几分钟,使牙齿表明的残留物都被清除,刷牙的时候动作也要精细,上下转动,确保面面俱到,使每一颗牙齿都可以被充分的清洁到位。作战工具主要是牙线或者是牙缝刷。牙间清洁就相当于我们打扫房间,总有一些死角被忽略,每次的大扫除就相当于用更加精细的工具来辅助我们完成更精细化的清洁工作。

### 3. 辅助性战役: 定时进行口腔检查

口腔检查是预防和早期发现口腔疾病的重要措施之一,建议大家每年定期接受口腔检查,高危人群

甚至可以半年或每季度进行一次检查。高危人群包括龋齿、牙周炎等患者。

### 4. 极端性战役: 牙齿清理

在长时间的积累下,牙齿容易长成牙结石,像海藻一样吸附在牙齿上,对我们的牙周组织形成了刺激,也会影响到牙龈的正常生长,从而引发相应的牙龈炎、牙周炎等口腔疾病,需要引起人们的注意。牙菌斑以及牙结石仅仅是依靠于刷牙是没有办法完成的,对此就需要进行牙齿清理,每隔半年或者是一年要去口腔医院进行洗牙。

保持良好的口腔健康会对全身健康、幸福感和生活质量产生积极影响。健康的口腔还能促进情感健康,可以使人们有良好的自我感觉、充满自信,保持积极的心态,展现自信的微笑,有利于情感健康。口腔健康状况欠佳,如牙齿缺失、牙周炎、龋齿都可能对个人形象产生负面影响,不利于情感健康。

坚固的牙齿、健康的口腔值得我们自豪。

右江民族医学院附属医院  
何敏 王丽梅 黎业俊 梁宗源 刘露