

2010年口腔医师辅导：预防龋齿从小开始口腔执业医师考试
PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/648/2021_2022_2010_E5_B9_B4_E5_8F_A3_c22_648443.htm

龋齿俗称蛀牙或虫牙，是由于食物残渣在牙缝中发酵，产生酸类，从而破坏牙齿的釉质，形成空洞，导致牙痛、牙龈肿胀等症状，严重的也会使整个牙坏死。龋齿的易感期是在儿童的2-4岁，除了牙齿本身排列不齐以及自身免疫的因素之外，最重要的是从小就开始注意孩子牙齿的卫生保健，实际上只要做到下面六点，通常就可以避免龋齿的发生了。

胎儿期的预防措施 怀孕期的妇女要注意摄取适量的钙和氟，特别是钙，因为胎儿的牙齿、骨骼和神经系统的发育都需要大量的钙，乳牙和一部分恒牙的牙根早在胎儿时期就已经在牙龈下面形成了，所以孕妇多吃一些含钙质丰富的牛奶、鸡蛋、豆制品等食物就有利于胎儿牙胚的形成。

来源：www.100test.com

避免孩子含奶头入睡 不管是母乳喂养还是非母乳喂养，都要避免把奶头当作是制止孩子哭闹的镇静剂，特别是不要让孩子养成含奶嘴或妈妈的乳头入睡的习惯，大一点的孩子也不应该养成睡前吃东西的习惯。要知道，如果睡前哺乳或吃东西，口腔里的乳汁和食物会为细菌的滋生提供有利的条件，而食物残渣的发酵以及细菌的作用最后都会有酸产生，酸是破坏牙釉质最厉害的腐蚀剂，加上孩子的乳牙本身髓腔就比较大，外层的釉质和牙本质又都比较薄，很容易发生龋齿。

吃糖要有节制 糖很容易被细菌分解而产生酸，小孩子的饮食多数都是甜的，大一点的孩子也喜欢吃糖，这样就为腐蚀性酸的产生创造了条件。所以对孩子吃糖加以限制，告诉孩子吃完糖要漱口或是喝点水，

不要让糖残留在嘴里，吃糖的时间也不要超过半小时。定期做牙齿保健 当孩子两岁也就是乳牙长齐后，应该带孩子去检查一下乳牙，并且处理乳牙上的积垢，还要在局部做氟化物处理，为的是更有效的预防龋齿。当后面的大牙一长出来，就要在咬合面上涂上一层防龋齿的涂料。大牙的咬合面最容易受损，因而也最容易出现龋齿洞。美国一项对30000名儿童实行的涂层龋齿覆盖层的实验表明，这样做可以将龋齿的发生率减少65%。我国也曾在上海、四川等地做过同样的试验，一年后恒牙覆盖层的完整保留率达到了94.5%，龋齿的发生率明显减少了。在最容易发生龋齿的2-4岁年龄都可以采用这种方法来预防龋齿，而且越早越好，最好在恒牙咬合面已经全部萌出而龋齿还没有发生时，这是最理想的时间。另外，要定期看牙科，发现有小的龋齿洞就及时补好，一般应该每隔半年做一次定期的牙齿保健为好。来源：考试大 别让牙齿缺氟 有统计表明，如果饮用水的含氟量适当的话，生长期的孩子患龋齿的发生率就会减少到65%。假如当地饮用水含氟量偏低的话，可以用含氟化物的牙膏来刷牙，以补充牙齿对氟的需要。养成早晚刷牙好习惯www.Examda.CoM考试就到百考试题 要让孩子从小养成早晚刷牙的好习惯，牙刷要选择软毛的小牙刷为好，刷时要竖着顺牙缝刷，上牙由上往下刷，下牙由下往上刷，一定不要横着拉锯式的刷，那样养成习惯后，到了一定年龄就会把牙齿根部的牙龈磨旧，露出牙本质，使牙齿失去保护而更容易遭受腐蚀。更多信息请访问：百考试题医师网校 医师论坛 医师在线题库 百考试题执业医师加入收藏相关推荐：2010年口腔医师辅导：隔夜茶漱口可治口腔炎 100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请

访问 www.100test.com