

口腔预防常识：如何预防幼儿牙痛 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/655/2021_2022__E5_8F_A3_E8_85_94_E9_A2_84_E9_c22_655138.htm 幼儿3岁以后就可以开始学习刷牙。尽可能做到早晚各刷一次，饭后漱口。睡前刷牙更重要，因为夜间间隔时间长，细菌容易大量繁殖。要顺刷，即“上牙由上往下刷，下牙由下往上刷”，“里里外外都刷到”，还要注意刷后牙的咬面。这样就可把牙缝和各个牙面上的食物残渣刷洗干净，刷牙后要漱口。不要横刷，横刷容易损伤牙龈，也刷不净牙缝里的残渣。1975年卫生部、轻工业部和商业部曾共同召开全国牙刷会议，制订了“保健牙刷暂行规格”。1989年卫生部又召开了全国卫生标准技术委员会，由牙刷分会委员会对“暂行规格”。幼儿的牙刷标准毛束不超过两排，每排5~6束，毛质要软，小学生使用的牙刷毛不超过三排，每排6~7束。又制定了中学生牙刷标准，以备成人牙刷作为参考。预防幼儿牙痛应该注意他的饮食习惯，按时增加各种辅食，多吃粗糙、硬质和含纤维质的食物，对牙面有磨擦洁净的作用，减少食物残屑堆积。硬质食物需要充分咀嚼，既增强牙周组织，又能磨擦牙齿咬面，可能使窝沟变浅，有利减少窝沟龋。相关推荐：[口腔预防常识：牙龈出血要警惕](#) [口腔预防常识：预防牙周病养成好习惯](#) [口腔预防常识：定期洗牙有利于预防牙周病](#) 特别推荐：[2011年口腔助理医师考试时间](#) [考试大纲](#) 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