

2011年口腔内科：牙结石的治疗护理 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\\_2011\\_E5\\_B9\\_B4\\_E5\\_8F\\_A3\\_c22\\_655500.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/655/2021_2022_2011_E5_B9_B4_E5_8F_A3_c22_655500.htm)

牙结石的治疗护理包括：刷牙、饮食、口腔健康检查、洗牙、溶解牙石疗法、漂白等方面。

- 1、刷牙：早晚刷牙、饭后漱口是防治牙石形成的最重要措施。使用保健牙刷，选用含氟牙膏，采用正确的方法 - 竖刷法进行刷牙，纠正横刷法。这样不仅可清除食物残渣、牙面菌斑、牙垢污物，防止牙结石的形成和沉积，而且还能起到按摩牙龈，促进血液循环，增强牙周组织的抗病能力的作用。
- 2、饮食：合理营养，粗细搭配。多吃富有维生素的粗纤维食物，如肉、蛋、各种蔬菜和水果，充分咀嚼以利于牙面清洁。少吃甜食及粘性很强的食物，不吃零食。
- 3、口腔健康检查：每半年进行一次口腔健康检查，采用超声洁牙机每年进行2~3次全口洁牙，使牙面、牙颈部经常处于洁净状态。
- 4、洗牙：超声波洗牙，是针对清除牙齿结石部份。因为牙结石更容易造成牙菌班的堆积，造成牙龈炎、牙龈出血，牙周病。所以去除牙结石是医疗行为。当然在治疗的同时，齿颈部，邻接面的结石去除掉了，牙齿也会有美白的表现。洗牙的弊端在于比较痛，会出比较多的血，还有洗后牙齿表面比较粗糙，牙渍牙石的再次出现更加来得快。最后就是有可能感染疾病。
- 5、溶解牙石疗法：属于无痛去石，原理就是通过从植物中提炼而出的精华成份，跟牙石这种化学衍生物发生反应，从而达到深入牙龈溶解牙石的功效，牙结石脱落恢复牙齿表面原有的光泽，通过刷牙可将已溶解的龈下牙石清理出来，之后还能在牙齿表面加上一层保护膜，让牙

石不再容易重新附着。 6、漂白：这种方式一般采用化学药物把牙齿表面漂白，而非真正的治疗，很多爱美之人会采取这种方式，其实不可取，一是没达到治疗的效果，二是对牙齿本身损伤严重。 小编推荐：[#0000ff>2011年口腔内科：开髓与保护牙体的关系](#) [#0000ff>2011年口腔内科考点：如何治疗和预防龋齿](#) [#0000ff>2011年口腔内科：原发性疱疹性口炎的临床表现](#) 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](http://www.100test.com)