

2012年口腔助理医师考试辅导：不同人群的牙齿护理要点

PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/656/2021_2022_2012_E5_B9_B4_E5_8F_A3_c22_656539.htm 百考试题

小编整理了不同人群的牙齿护理要点，供大家备考学习使用！在人一生中不同的阶段，护理牙齿的方法也不尽相同。

1. 婴幼儿期要注意口腔卫生 每次哺乳后，家长应在手指上缠上干净纱布，擦洗100test的牙龈、腭部、牙面。并喂以温开水，冲洗口腔内残留的食物。不要让孩子含奶瓶睡觉，以免产生奶瓶龋。1岁后应改用口杯。到了3岁，应在父母的协助下学习刷牙。要保证孩子的合理营养，培养咀嚼能力。多食富含钙、磷等元素的豆制品和牛奶等食物。对乳牙列的保护极为重要，家长切勿轻视、忽视。
2. 儿童期要做口腔健康教育 这一时期为混合牙列期，为预防口腔疾病的发生、保持终身口腔健康打下牢固基础。应在家长、学校老师及社会的共同努力下，对孩子进行口腔卫生教育与指导，形成终身受益的良好口腔卫生意识和习惯。对于一些较深的牙面窝沟并符合适应症的，可采取窝沟封闭、氟化物防龋等一些特殊措施。
3. 青少年期要定期口腔检查 此时恒牙虽已萌出，但牙根尚未完全形成，且牙齿没有完全矿化，所以对“六龄牙”的保护极为重要。如果牙列不齐、口腔卫生不注意，极易产生青少年牙龈炎等齿病。这一时期是牙列不齐进行矫正的关键时期，而早期诊断、治疗、定期口腔检查十分重要，早发现问题，早治疗。
4. 中年期要警惕牙周病 人到中年，牙龈逐渐萎缩，导致牙根暴露，牙齿脱落。不良的卫生习惯会对牙齿产生不良影响，邻面、根面、牙颈部易发生龋，且不易察觉；食物嵌塞，不恰

当的刷牙方式及用牙签剔牙等不良习惯都会导致楔状缺损、牙周损伤及牙本质过敏。近年有报道，烟、酒对牙龈也有损伤。所以应注意口腔卫生、纠正不恰当的刷牙习惯，同时选择合适的牙刷、使用牙线祛除邻面菌斑、戒烟戒酒、定期到牙医那里洗牙，清理牙石，保证牙龈不受牙石刺激而萎缩，是中年期防止牙周病的首要前提。

5、老年期牙齿健康更重要

“人老应该掉牙”的旧观念，随着人们对口腔健康的正确认识而逐步改变。老年口腔卫生保健的目标为至少保持20颗功能牙，维持最基本的口腔功能状态或者通过最低限度的修复，尽可能康复口腔功能，保持老年人的独立生活自理能力，提高老年人生活质量。由于老年人牙缝较宽、牙齿稀松。光靠刷牙，还不足以保持牙齿清洁。在有条件时，推荐使用间隙刷，或使用牙线洁牙，有利于去除邻面与根面的牙菌斑。老年人的自我口腔保健活动是他人无法取代的，是保持老年人口腔健康的基础，但是对于一些有严重疾病的老人，如老年痴呆症，半身不遂等，由家庭成员或医务人员进行的特殊口腔护理，包括刷牙、洁牙、剔牙等是必不可少的。此外老年人应多吃一些粗纤维的食物对牙齿及按摩牙龈也有很好的效果。

相关推荐：[#0000ff>2012年口腔助理医师考试辅导：颌面部检查与口腔检查](#) [#0000ff>2012年口腔助理医师考试辅导：变应性口炎应该如何治疗](#) [#0000ff>2012年口腔助理医师考试辅导：牙本质过敏常用的治疗药物](#)

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