



口腔保健知识科普

Oral Health Care

医科馆学科馆员：王曼

manwang@fudan.edu.cn





目录

1. 该不该使用牙线？
2. 为什么要定期去洁牙？
3. 简单介绍一下龋病？
4. 牙齿敏感怎么办？
5. 我的智齿要不要拔？
6. 我怎么老是口腔溃疡？
7. 能介绍一下镶假牙吗？



01

该不该使用牙线？

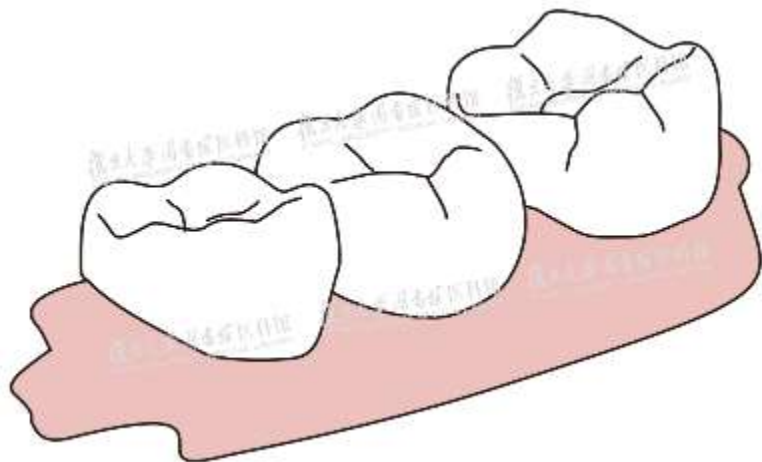
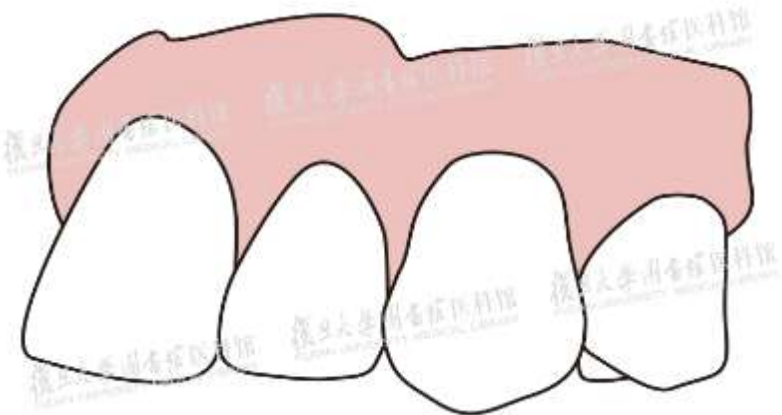
牙间隙

食物嵌塞

牙线

其他齿间清洁器

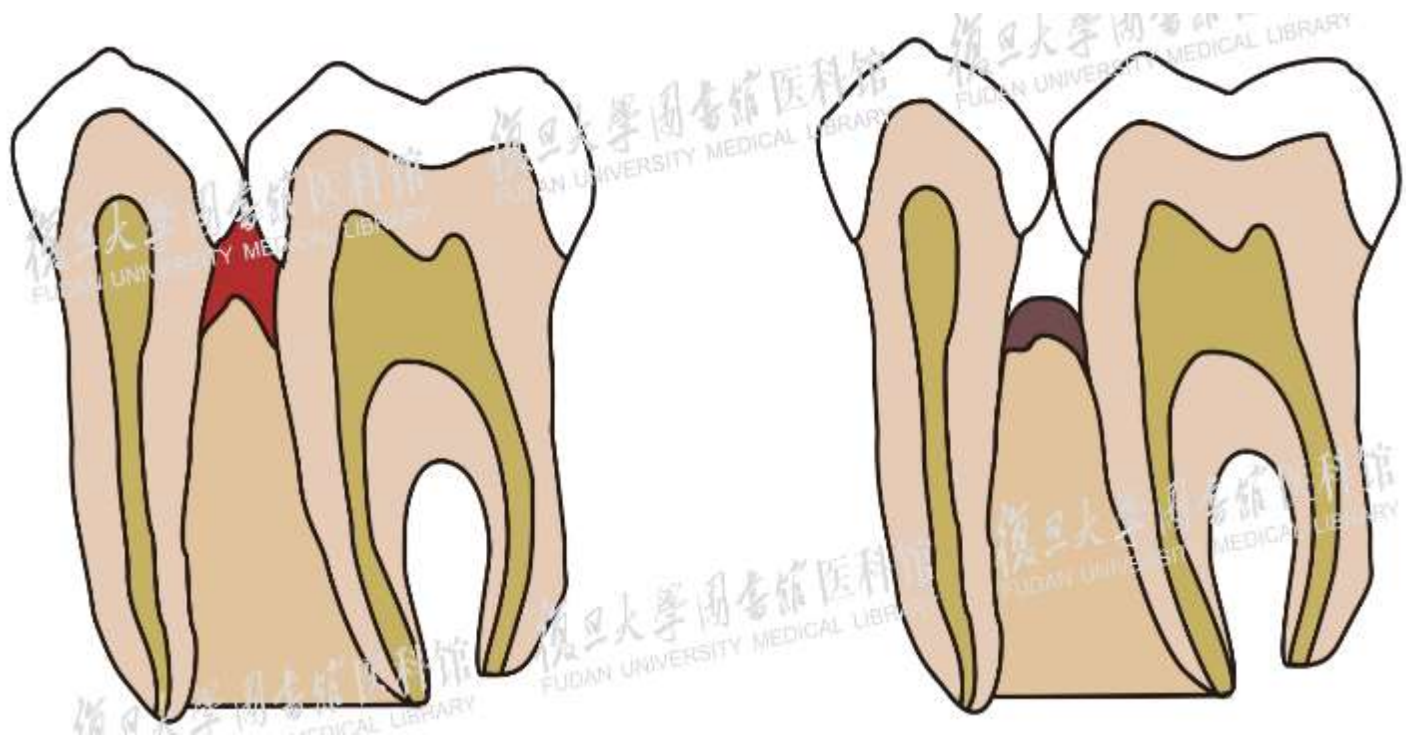




牙間隙

牙与牙之间的间隙。正常、健康的牙间隙，是牙齿邻面紧密贴合，空隙被龈乳头充满。容易滞留菌斑和软垢。长期不做清洁容易导致牙龈发炎、龋坏等等





食物嵌塞

老年人最常见的口腔不适之一。其原因主要为长期咀嚼磨损使得牙齿牙冠发生明显磨损；牙龈乳头萎缩后留下缝隙；缺牙后邻牙倾斜，牙列拥挤或稀疏，邻面龋洞充填未能恢复好接触区等。





牙线



牙线器



水柱牙线



齿间刷



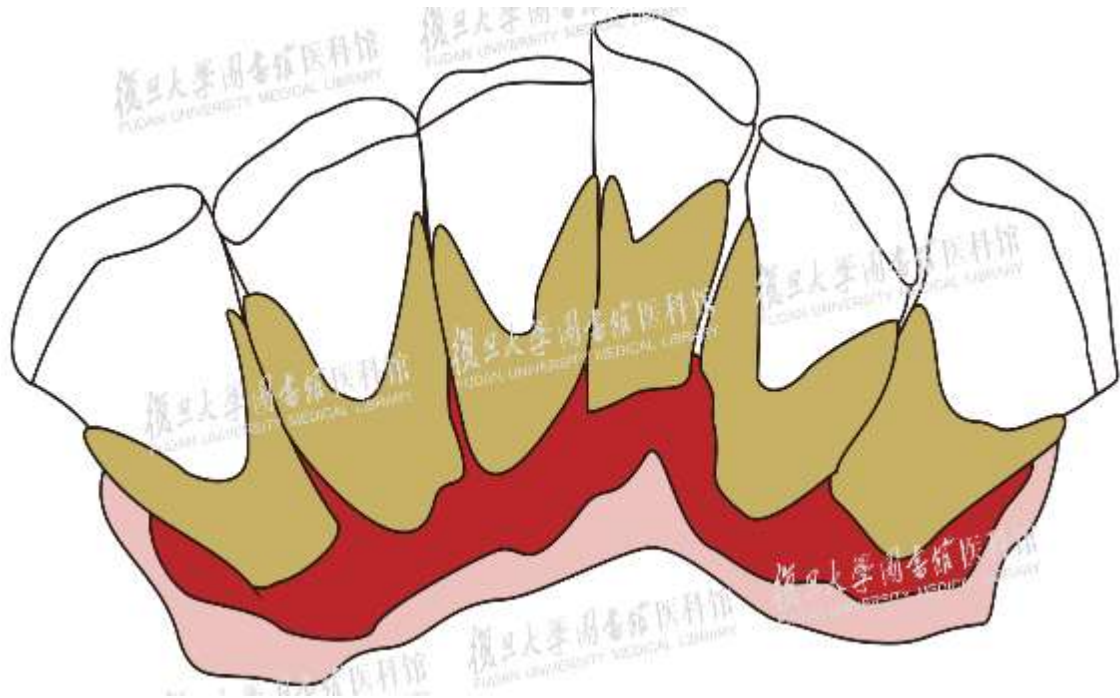
牙签



02 为什么要定期去洁牙？

牙石 洁牙

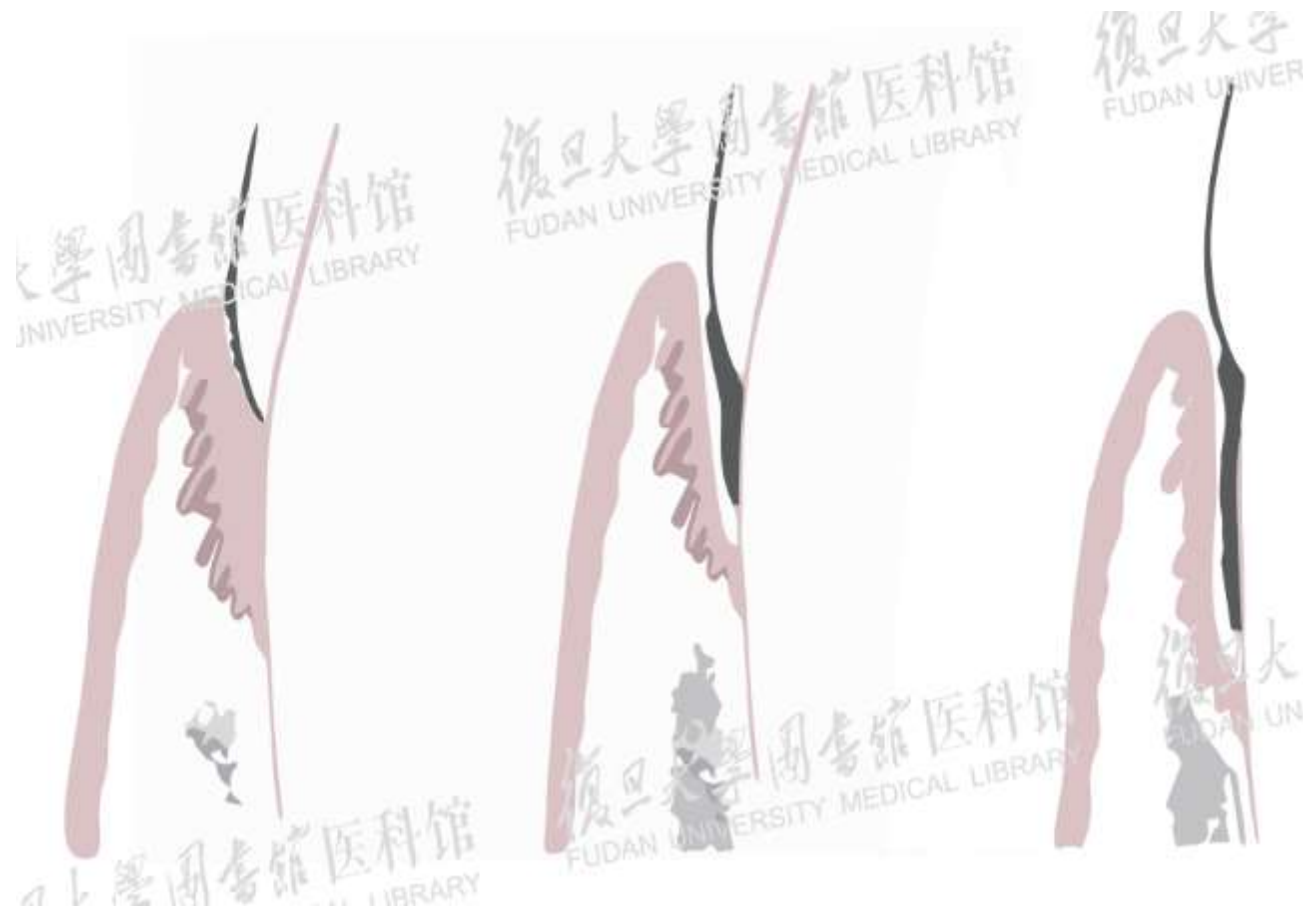




牙石

牙菌斑、食物残渣、软垢在牙面上附着沉积，与唾液中的矿物质结合，逐渐钙化形成牙石。是引起牙周疾病的一种因素。





口腔检查的必要性?

龋病和牙周病等口腔疾病常是缓慢发生的。定期进行口腔健康检查，每年至少一次，能及时发现口腔疾病，早期治疗。医生还会根据情况需要，采取适当的预防措施。



03

简单介绍一下龋病？

病因

发展

窝沟龋与根面龋

预防与治疗

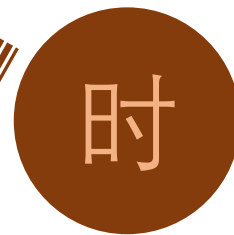


微生物
口腔致龋菌群



食物
蔗糖等适宜的细菌底物

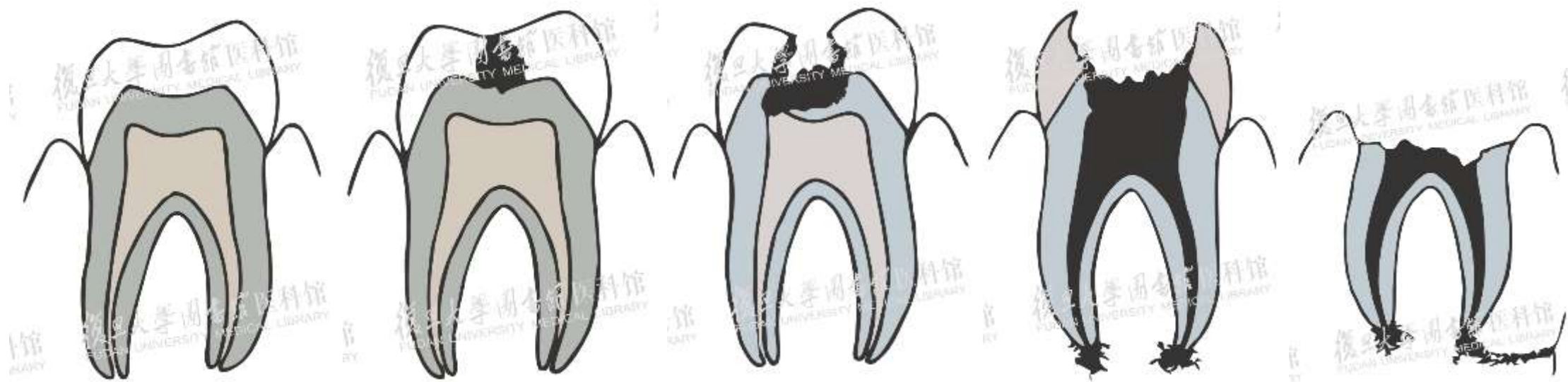
宿主
人&牙



时间
口腔内滞留足够的时间

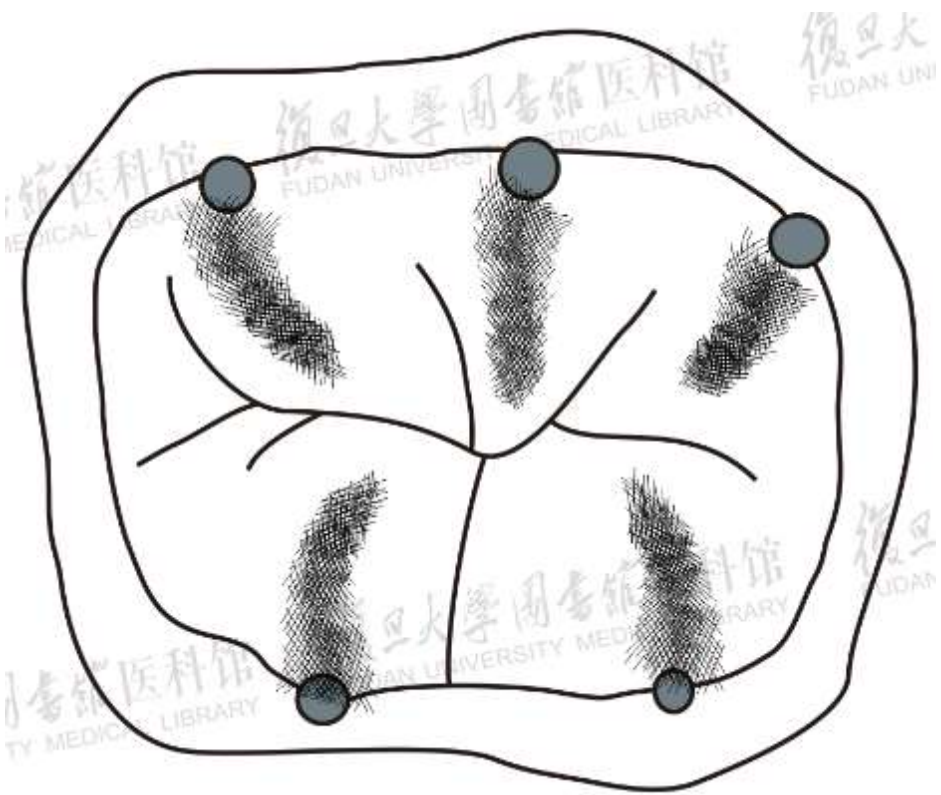
四联因素





龋病发展





下頷第一恒磨牙

“六齡牙”的窩溝龋

“六齡牙”（第一恒磨牙）是萌出时间最早的恒磨牙，其咀嚼功能最强大，也最容易发生龋病，甚至造成过早脱落，所以保护儿童的第一恒磨牙很重要。窝沟封闭是预防恒磨牙窝沟龋的最有效方法。



预防龋病

1

适当控制各种甜食摄入频率，多吃新鲜蔬菜与瓜果，安排合理膳食，保证微量元素的摄取，增加牙齿抗龋能力

2

不吸烟；尽量不摄入碳酸饮料

3

饭后漱口，有条件者可使用漱口水漱口；使用含氟牙膏等局部用氟方法、保健牙刷，用正确的方法早晚刷牙；儿童使用儿童含氟牙膏刷牙

4

及时治疗



治疗



化学疗法

药物处理早期的龋损



再矿化

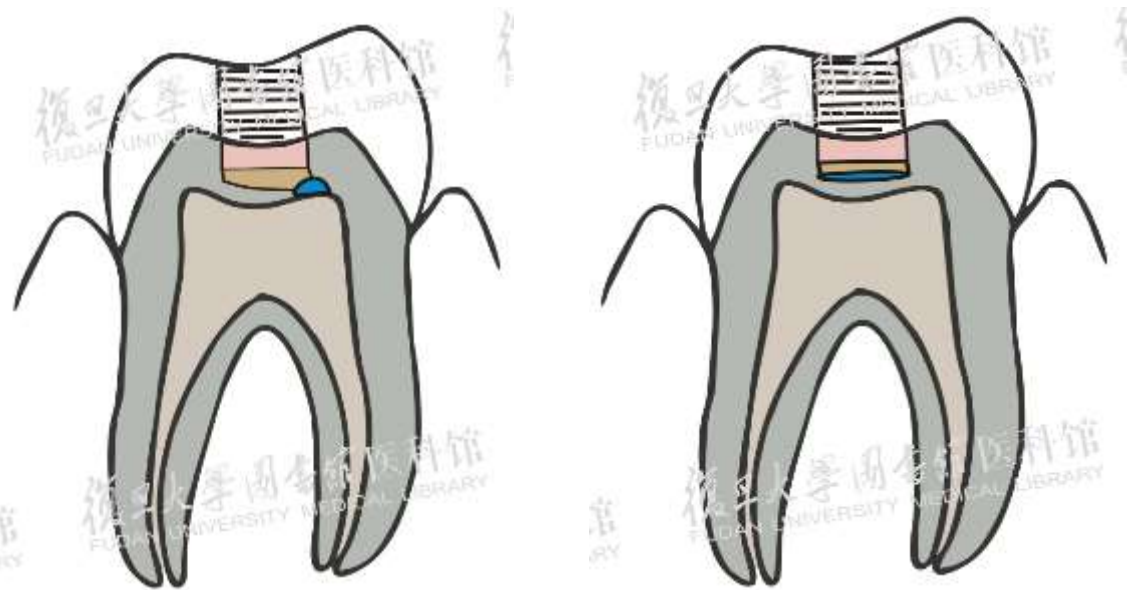
使用再矿化液让已经脱矿的硬组织再矿化，恢复硬度，消除早期龋损



树脂充填&修复

牙髓还可以保留：制备窝洞，使用树脂充填缺损部位或者定制嵌体，最终恢复牙体外形、咬合关系

牙髓不保留：根管治疗后做桩核，外套牙冠



盖髓术



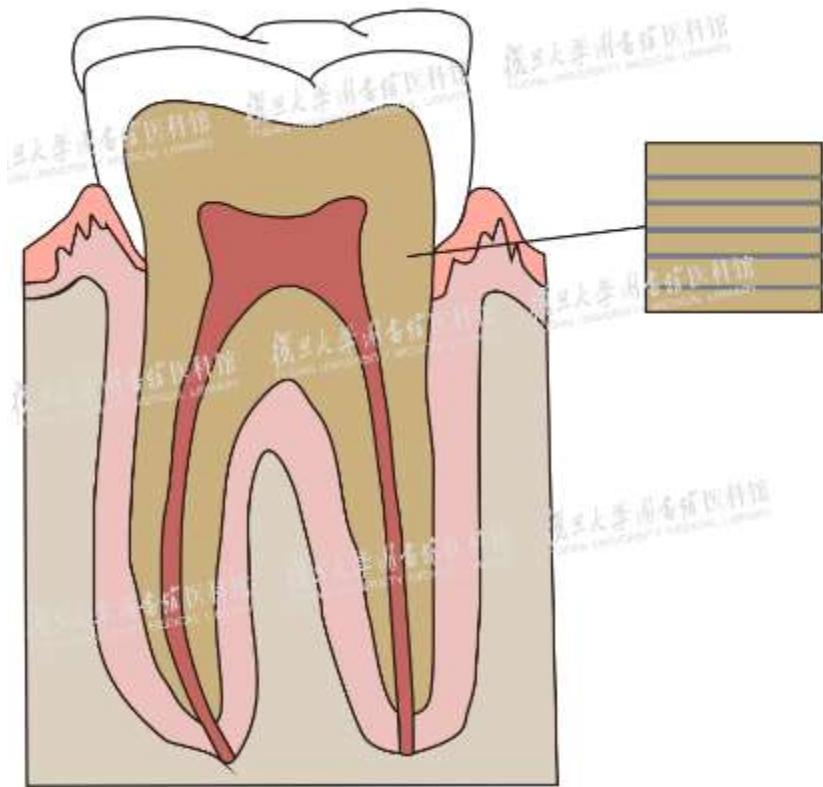
04

牙齿敏感怎么办？

病因

预防与治疗





牙本质小管

牙齿敏感的原因

牙齿敏感，一般指牙本质敏感，主要是指对冷、热、酸、甜、机械等刺激产生的短暂而尖锐的疼痛。其原因是由于牙本质暴露，牙本质小管直接与外界刺激物接触，对牙神经造成刺激。

预防与治疗

1. 饭后漱口
2. 减少酸性食物和饮料的摄入
3. 选择合格的牙刷，采用正确的刷牙方法，
4. 使用脱敏制剂，如治疗一段时间后无明显效果，可以考虑牙髓治疗+全冠修复



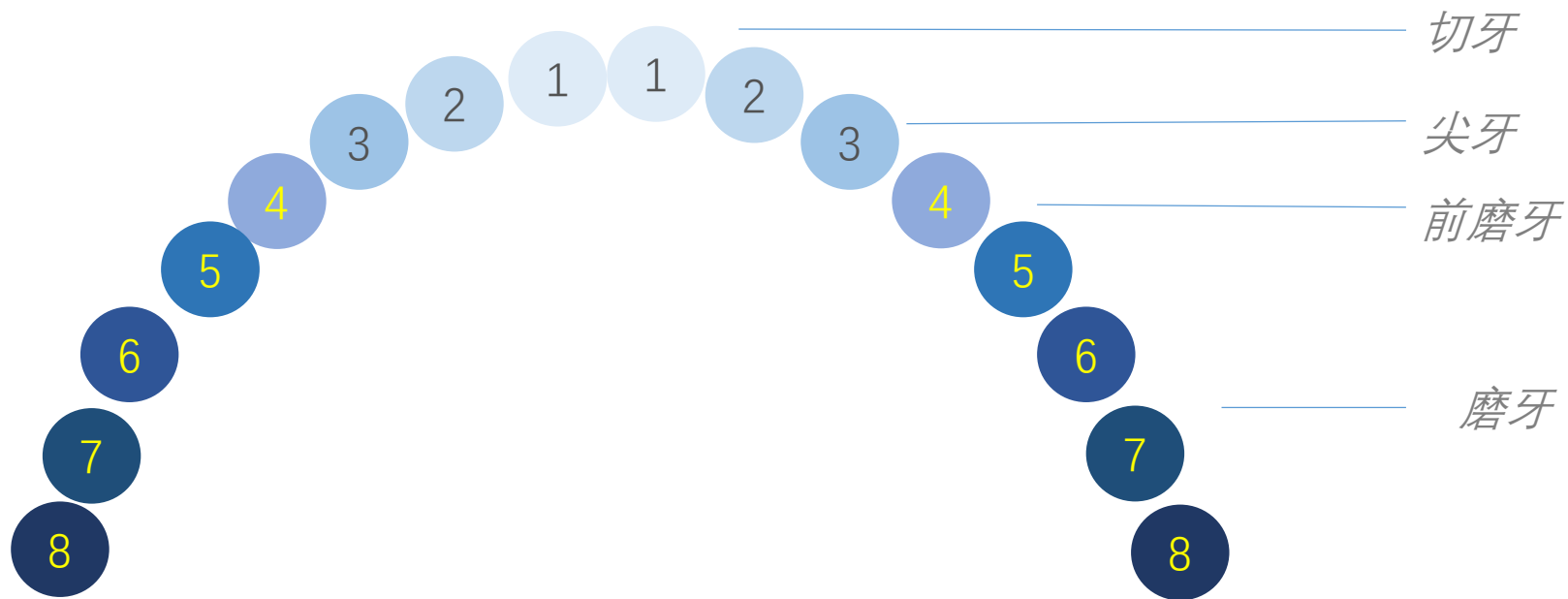
05

我的智齿要不要拔？

智齿与阻生牙

一定要拔掉的智齿





智齿

第三恒磨牙，萌出时间大部分出现在17-26岁。





阻生牙

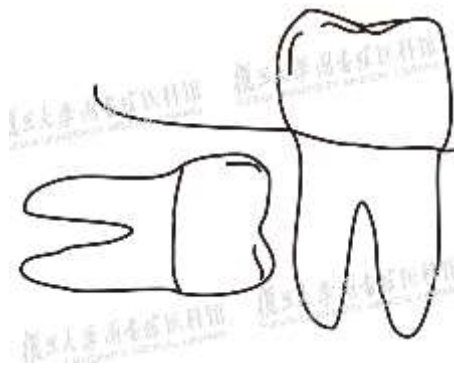
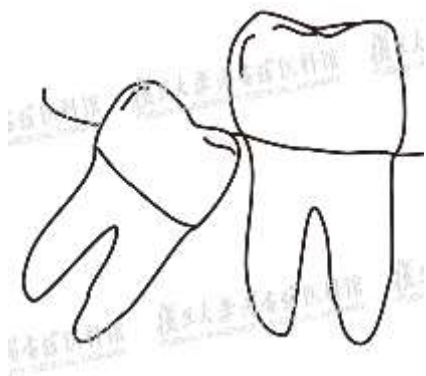
由于各种障碍导致牙齿只能部分萌出或者完全不能萌出，且以后也不可能正常萌出，常见于智齿。



一定要拔掉的智齿

引发了：

- 智齿冠周炎
- 无法治疗的牙髓炎
- 根尖周炎
- 龋坏
- 不明原因疼痛
- 殆关系紊乱等等



06

我怎么老是口腔溃疡？

RAU

预防与治疗





口腔溃疡

复发性阿弗他溃疡（RAU），是较为常见的一种溃疡，患病率高达20%，居口腔粘膜病首位；一般表现为口腔内反复发作、具有自愈性；轻型（1-5个，直径2-4mm，“红、黄、凹、痛”）、重型（大而深，直径可达10-30mm）、疱疹样（直径小于2mm，满天星样分布）



07

能介绍一下镶假牙吗？

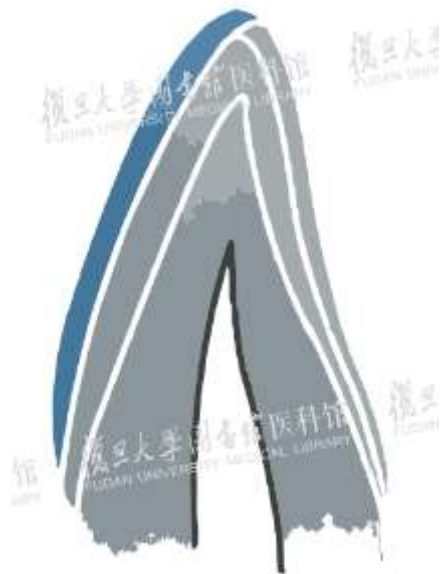
牙体缺损

牙列缺损

牙列缺失

种植

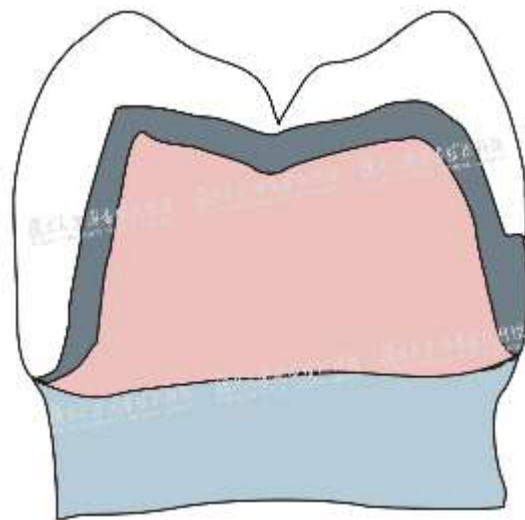




贴面



嵌体



全冠

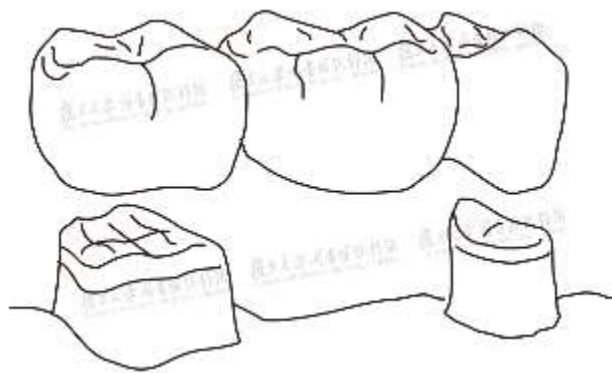


桩核冠

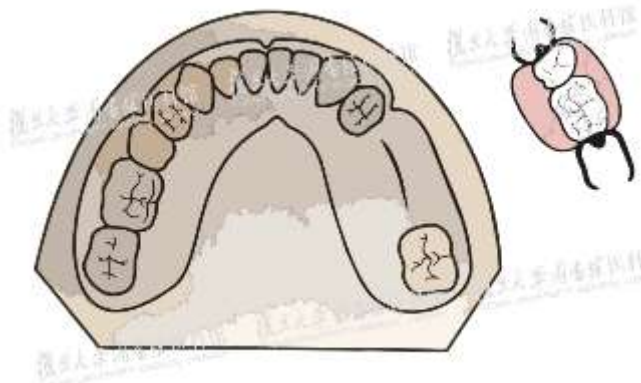
牙体缺损的修复

牙齿部分受损。不及时修复可能导致：牙本质敏感、牙髓病进而根尖周病、牙周病、咬合紊乱等等。

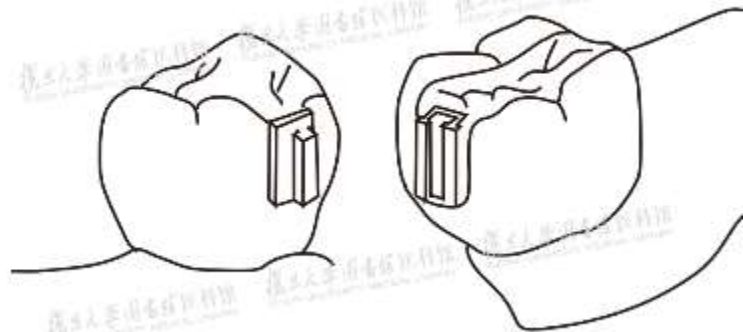




固定桥



可摘局部义齿



精密附着体

牙列缺损的修复

上下颌牙列缺失部分牙齿（单颗、多颗）。不及时修复缺失牙的危害：牙槽骨吸收；前牙缺失会导致不美观、发音不准、面部形态发生变化；后牙缺失易发生咀嚼困难、对颌牙伸长、邻牙倾斜等。

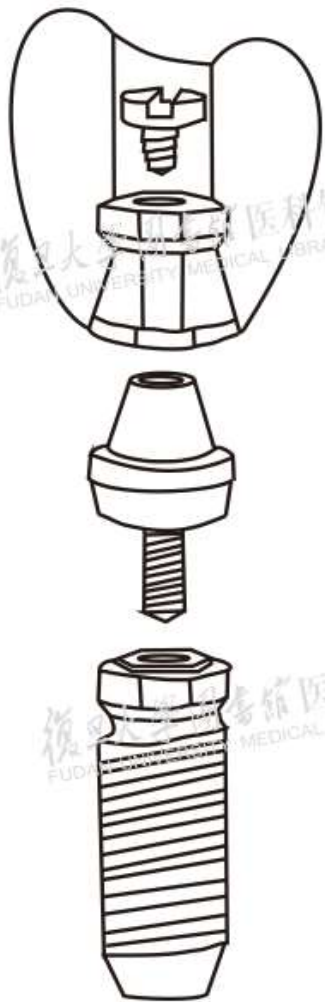




牙列缺失的修复

上颌或下颌牙齿全部缺失。全口牙丧失不及时修复，咀嚼十分困难；牙槽骨吸收严重，对后续全口修复造成更大困难；面容塌陷苍老。





种植

适应症:

不适合做固定义齿：游离端缺失太大、余留牙固位力不足
不适合做活动义齿：病人意愿不接受活动义齿、固位力不足
不适合做全口活动义齿：牙槽嵴严重吸收、舌体过大等不适宜全口义齿

禁忌症:

患有全身疾病（例如心脏病、高血压等等）且未得到很好的控制
有牙周病、咬合紊乱等口腔疾病未完全治疗好
缺牙区牙槽骨通过种植外科手术依然骨量不足、骨密度低，达不到种植标准
不愿意接收手术





谢谢

Thank you

医科馆学科馆员：王曼
manwang@fudan.edu.cn

