

# 想拥有好牙 ,不光要勤刷牙

## 听光大医院口腔科专家普及护齿常识

□记者 陈慧

### 牙周炎 :导致牙槽骨消失 ,牙齿失去 保护膜

牙齿就像一棵大树 ,牙冠裸露在表面 ,牙根被牙周膜包裹着 ,悬挂 在牙槽骨中。牙齿、牙周膜、牙槽骨三者相互依存、相互影响。牙周膜若长期患有疾病 ,如牙周炎 ,就会导致牙根周围的牙槽骨吸收、消失 ,牙齿不稳固。

据世界卫生组织 1998 年的统计数据 显示 ,82%的中国人患有牙周炎 ,来光大医院问诊的患者中 ,一些患者发现牙龈红肿、刷牙出血、咬食物粘连血迹 ,放心不下 ,检查时才发现牙周疾病已经在不注意的情况下发生了。

牙周炎一旦形成 ,就不可能随着时间的推移痊愈。在细菌的作用下 ,牙槽

骨开始消失 ,消失得越多 ,牙齿松动越厉害。待完全消失时 ,牙齿失去了保护 ,没有了固定能力 ,就会很快脱落。所以 ,我们要及时寻医问诊。

鲁凤军说 ,想要治疗牙周炎 ,就要知道它致病的原理。部分患者产生牙周炎和牙结石有关 ,牙结石滋生到龈下 ,形成龈下空隙 ,导致食物残留、细菌滋生 ,引发牙龈炎 ,放任恶化的情况下形成了牙周炎。

目前预防牙周炎的方式之一 ,是刷牙时扫清牙结石 ,观察自己牙龈颜色的细微变化 ,在刷牙过程中 ,牙齿受外力刺激时 ,注意产生的异常症状。发现

后 ,患者应该主动寻医 ,遵医嘱治疗 ,令人欣慰的是 ,目前患者对牙科的重视程度已有所提升 ,他们有的甚至舍近求远 ,到更为靠谱的医院寻求严谨的治疗方案。

相关工作人员表示 ,光大医院最多的时候有二三十位咨询牙周炎的患者。市民李女士 32 岁 ,听人说起光大医院的知名牙科专家 ,就想请专家为自己的牙齿把把关 ,她说 ,很多次因为牙周炎疼痛难以入睡 ,对于这种疾病 ,就应该有谨慎的治疗态度 ,毕竟牙齿改装的不比原装的好 ,能找最好的牙科医院把牙病治好最好。

### 缺牙 :应及时修补 ,避免力学平衡遭破坏

要是患者来拔牙、拒绝修复 ,医生总会善意地提醒 ,请他们慎重考虑 ,因为一副牙齿(除不参与咀嚼的智齿外)是一个不可分割的整体。牙齿拔掉后 ,与它相邻的牙齿在咀嚼食物时 ,就会倒向受力较小的一边。时间一长 ,就脱离了原来的牙槽骨 ,排列变得紊乱、异常。鲁凤军说。

为了避免上述现象 ,53岁的市民李女士掉牙后第一时间到光大医院咨询镶复缺牙 ,但看到行行色色的牙齿介绍时 ,她开始

纠结 ,应该选价格较为实惠的普通烤瓷牙 ,还是目前较为流行的二氧化锆牙齿?

鲁凤军说 ,各类牙齿材质不同、属性不一 ,像普通烤瓷牙 ,牙表面的遮色体为瓷粉 ,内部的填充物质为镍铬金属。镍铬产生氧化作用会导致牙龈发黑、肿胀。而二氧化锆烤瓷牙由电脑扫描削切而成 ,外瓷里锆 ,不容易因外力而崩裂 ,装上后与真牙无异。

专家建议李女士在选择时 ,综合考虑牙齿使用频率和镶嵌部位。处于 18

岁至 50 岁年龄段的青年 ,综合性价比 ,可选择二氧化锆牙齿 ;年龄大的患者 ,若偏爱松软的食物 ,可以选择通透性较好但承力能力不是最高的铸瓷牙。如修复的是门牙 ,考虑到不会频繁参与咀嚼活动 ,可以适当降低对牙齿坚韧性的要求。

听完专家的解释后 ,李女士很快作出选择。她说了解一些情况后 ,自己就不再纠结了 ,起码在短时间内拯救了自己剩下的牙齿。

### 矫正 :不会导致脱落 ,但能帮助牙齿健康生长

在光大 ,患者常在咨询时间 :医生 ,牙齿矫正后会不会松动? 矫正过的牙齿会不会随年龄的增大更容易脱落?

鲁凤军说 ,矫正可以让牙齿更美观 ,也可以预防龋齿等疾病。不过 ,因为各诊所水平不一 ,效果不能一概而论。

在整牙之前 ,正规医院的医生一般会拍全景片和侧位片 ,取口内模型 ,做数据分析测量 ,并综合考虑患者的牙质、牙齿密度等因素 ,制定严密而科学的矫正方

案。

在此基础上 ,医生从普通牙套、舌侧牙套、陶瓷牙套、隐形牙套、无托槽牙套等选择一种 ,为患者安装牙套。随着医疗技术的发展 ,隐形无托槽矫正技术作为国际前沿正畸的技术 ,逐渐引领矫正潮流 ,在光大就率先将计算机三维辅助于这一技术 ,成为了我省首家引进时代天使隐形矫正技术的医院 ,并独家将这技术广泛应用在临床操作中。

在治疗计划和治疗方案严密搭配的前提下 ,正畸矫正甚至可以在无人察觉中完成 ,不仅让患者拥有一口整齐、漂亮的牙齿 ,而且使患者的牙周组织更健康 ,降低龋齿的概率 ,牙周膜、牙槽骨等结构也会发生相应的改建 ,还可以预防人老后牙齿松动。就算在整牙过程中牙齿稍有松动 ,也不必担心 ,因为它会随着时间流逝而痊愈 ,对日常的生活和社交都不会造成太大影响。

### 口腔检查 :成年人或儿童 ,都应该重视检查

有人说 ,我每天都刷牙、预防蛀牙 ,还矫正了 ,可是牙齿还是蛀了 ,实在太不可思议了。由于其中原因复杂多样 ,鲁凤军建议每年到正规医院 ,对牙齿、牙龈和口腔进行一次彻底的检查 ,寻找疾病或其它问题的征兆 ,赶在问题变得更严重前 ,采取补救措施 ,尤其是儿童 ,更应参与这类检查。

鲁凤军说 ,相对于成年人 ,儿童因为护齿意识浅薄 ,在没有父母监督的

情况下 ,更容易患上牙病。不久前 ,就有一名小学生因为多颗乳牙蛀空 ,长出来的恒压歪歪扭扭的 ,在家长的陪同下到光大咨询、治疗。相应地 ,要是家长对孩子们患龋的乳牙置之不理 ,病变会向深处发展 ,还会引起牙髓炎、根尖周炎、蜂窝组织炎等 ,严重的更会影响恒牙胚的发育。

这也就是为什么 ,父母应该特别注意儿童牙齿保护的工作 ,教育孩子

养成良好的饮食习惯 ,少吃甜食 ,控制蔗糖食入量。父母从孩子 2 岁开始 ,就应该培养孩子进食后漱口的习惯 ,让孩子学会刷牙 ,预防蛀牙等预防孩子龋齿 ,要是不到替牙期的乳牙患了龋齿 ,一定要及时去医院就医 ,修补龋坏的牙齿。

据悉 ,为了让更多人拥有一副健康的牙齿 ,这个暑期 ,光大医院将开展护齿活动 ,免费为儿童检查口腔。

每个人一生只能换一次牙 ,乳牙脱落 ,恒牙生长并陪伴我们数十年 ,帮助我们咀嚼、品味美食。我们都无法否认牙齿的重要性 ,却未必知道如何保护牙齿 ,虽然天天刷牙 ,未必读懂牙齿的松动、牙龈萎缩、牙龈出血等求救信息的内涵 ,无法及时把握补救良机。

在我市 ,光大医院口腔科引进 口腔生态美学 理念 ,邀请口腔科职业医师、国内牙齿美容著名专家、具有 明星美牙之父 称号的鲁凤军担任牙科主任。近日 ,鲁凤军接受记者采访时 ,阐述了产生各类牙科症状的原因及其应对方式 ,普及一些护齿常识。



光大医院牙科内摆放着矫正用的设计模型  
光大医院口腔科主任鲁凤军为患者矫正牙齿(左一)  
鲁凤军给矫正牙齿的患者做保持器(左二)

加口腔专家微信 咨询牙齿相关问题

