

需要知晓的牙齿健康新认识

暨大附一院口腔正畸科

孔卫东



个人简介

- 暨南大学附一院口腔正畸科主任、 正畸学博士、 主任医师、 博士生导师
- 荣获广东省医学科技三等奖
- eBrace个性化矫治器主要发明人
- 中华口腔医学会口腔正畸专业委员会委员
- 《中华口腔正畸杂志》编委
- 广东省口腔医学会口腔正畸专业委员会常委
- 美国口腔正畸学会 (AAO)会员
- 世界正畸联盟 (WFO) 会员
- 中国正畸协会 (COS) 会员
- 广东省3D打印技术联盟理事会理事
- 广东省省部级企业科技特派员
- 广东省整形美容协会理事会理事

华医门诊时间：周二、四、六上午

《“健康中国2030”规划纲要》

- “三减三健”的主要内容是（切实可行）：
减盐、减油、减糖（软组织）；
健康骨骼、健康口腔、健康体重（硬组织）

口腔健康是全身健康的重要组成部分（病从口入）

《健康口腔行动方案（2019-2025年）》

1. 生命早期1000天口腔健康管理服务(0~3岁)。
2. 儿童、青少年口腔健康管理服务（4~29岁）。
3. 中青年（职业）人群口腔健康管理（30~59岁）。
4. 老年人口腔健康管理（>60岁）。

高标准：全生命周期的口腔健康管理

一、生命早期1000天口腔健康服务(0~3岁)

- 1) 家长是孩子口腔健康第一责任人
- 2) 母乳喂养有助于口面部生长发育 (0~6月)
- 3) 预防和减少乳牙龋病的发生 (6月)
- 4) 防止龋病发生的有效方法---刷牙、牙线、漱口

家长要从娃娃抓起!

1. 生命早期1000天口腔健康服务(0~3岁)

1) 家长是孩子口腔健康第一责任人:

婴儿牙齿、面部的健康生长与家长的
关注与关爱息息相关!

1. 生命早期1000天口腔健康服务(0~3岁)

2) 母乳喂养有利于口面部生长发育 (0~6月) :

- ①合理的母乳喂养给婴儿健硕的体格,
- ②很有可能留给下一代更俊俏的容貌

1. 生命早期1000天口腔健康服务(0~3岁)

3) 预防和减少乳牙龋病的发生 (6月起)

- ①每一个牙齿生长完成需要10年 (非常珍贵)
- ②乳牙 (恒牙) 龋病的发生三要素
- ③防止龋病发生的有效方法----刷牙、牙线

1) 第一磨牙生长完成需时10年



牙胚 (6月)

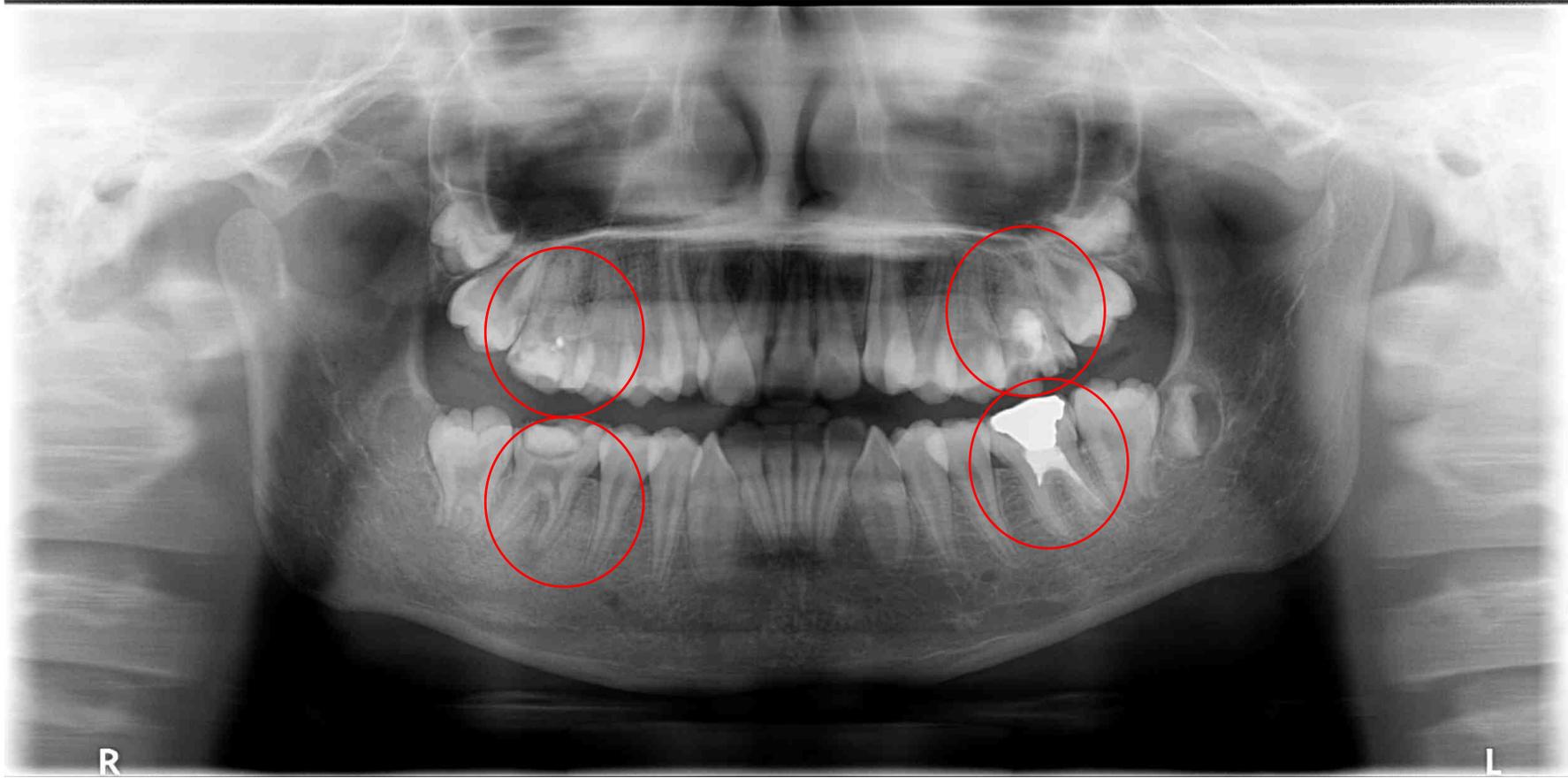


萌出 (6岁)



生长完成 (10岁)

龋坏随时均可发生（11岁）

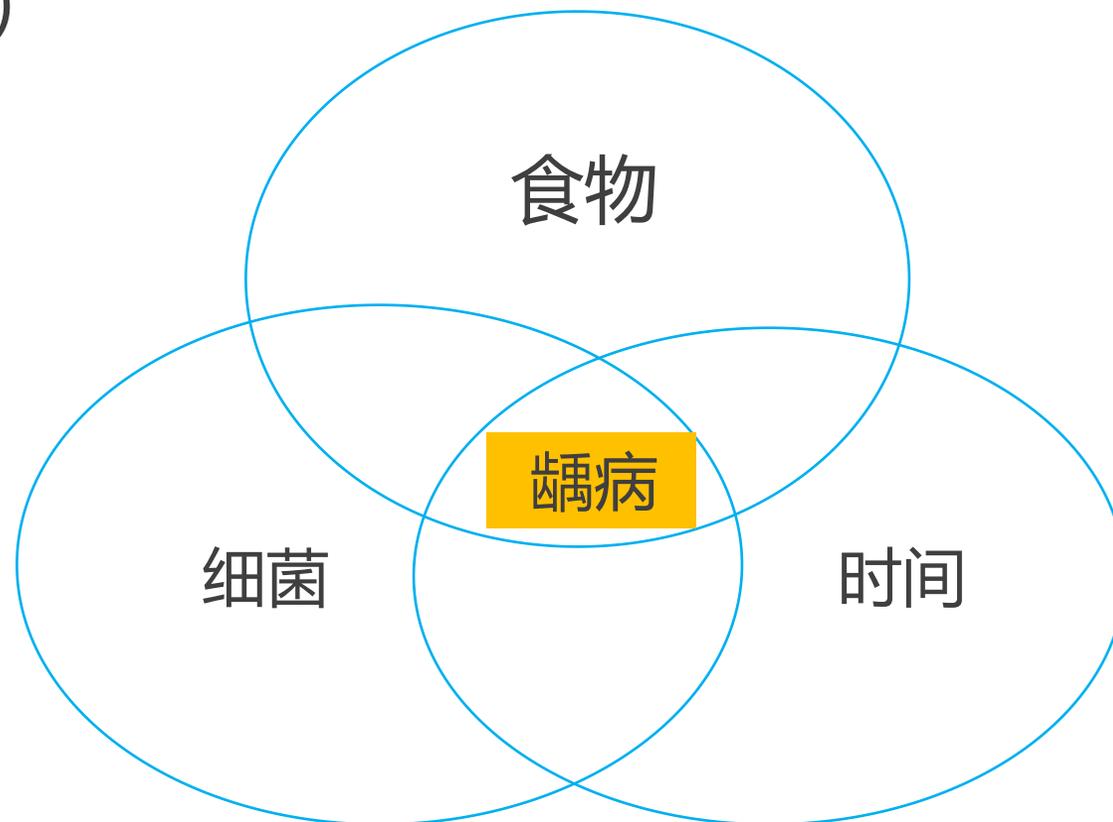


②乳牙（恒牙）龋病的发生三要素：

食物（糖）

细菌

时间



③防止龋病发生的有效方法---刷牙、牙线

人生第一次刷牙应该从哪一天开始？

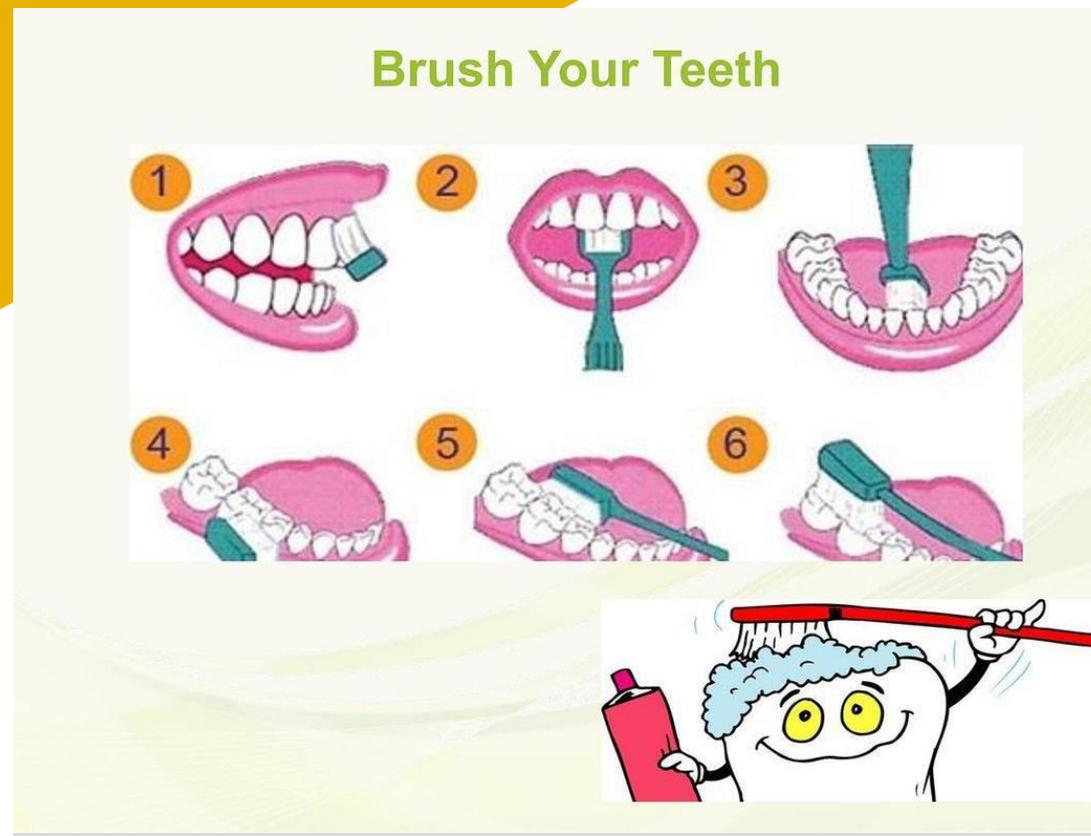
答案：第一个乳牙萌出之日，就是给婴儿刷牙之时（一般6个月）



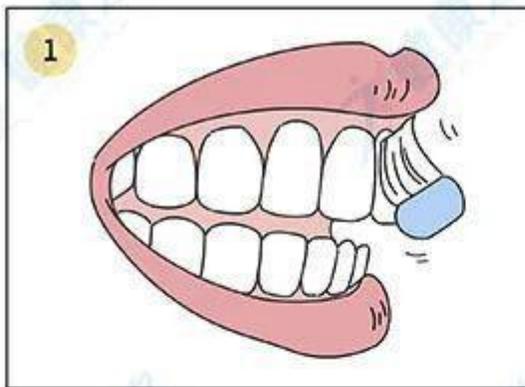
使用正确的刷牙方法

提倡早晚刷牙，饭后漱口，每次刷牙2-3分钟，以及刷牙无死角。

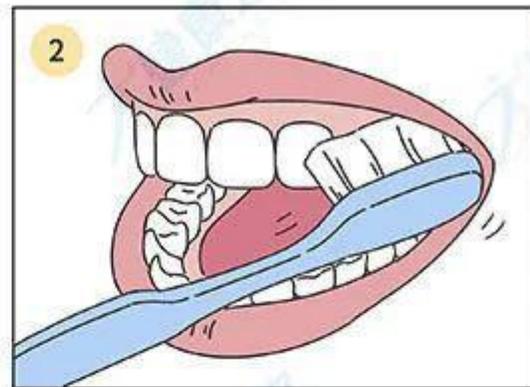
刷牙也要掌握时机，最好不要饭后立即刷牙，这样或许有害牙齿健康。因为牙冠表面上极坚硬的釉质，在刚吃过饭后、尤其是吃了酸性食物后会变松软。这些酸性物质就会侵蚀牙齿表面的珐琅质，形成脱钙现象，造成蛀牙。如果马上刷牙，就会使釉质受损、流失。久而久之容易患上牙齿本质、牙齿酸、痛等症状。所以，饭后先宜用清水漱口，最好1个小时后再刷牙。



巴斯刷牙法



沿着牙龈线以45°角放置刷毛，
刷毛应该接触牙齿表面和牙龈。



以2-3颗牙为一组水平颤动牙刷，
刷净牙齿表面，再将牙刷移动到
下一组2-3颗牙齿并重复。



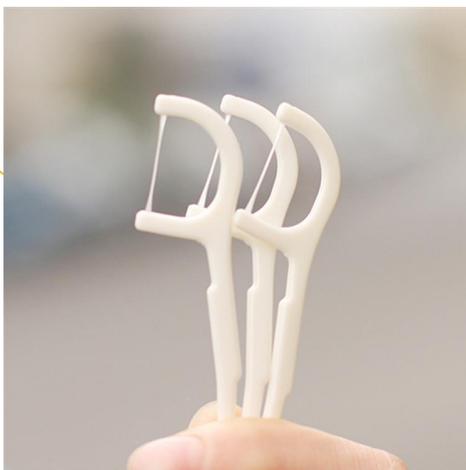
将牙刷靠在后牙智齿区的咬合
表面上进行温和的前后刷动。



在上下前牙后面，垂直倾斜牙刷，
使用刷头的前半部分进行上下
刷动。

慎选洁牙、护牙工具：

- 优质的刷牙工具：普通牙刷、保健型牙刷、刷大白齿专用牙刷、牙周病专用牙刷等。
- 优质的辅助工具：牙线、牙缝刷、牙线棒、舌苔刮除器、漱口水等。



小结

1. 生命早期1000天口腔健康服务(0~3岁) :

父母重视

母乳喂养

预防龋病 (刷牙、牙线)

牙齿健康家长要从娃娃抓起

二、儿童、青少年口腔健康管理服务（4~29岁）

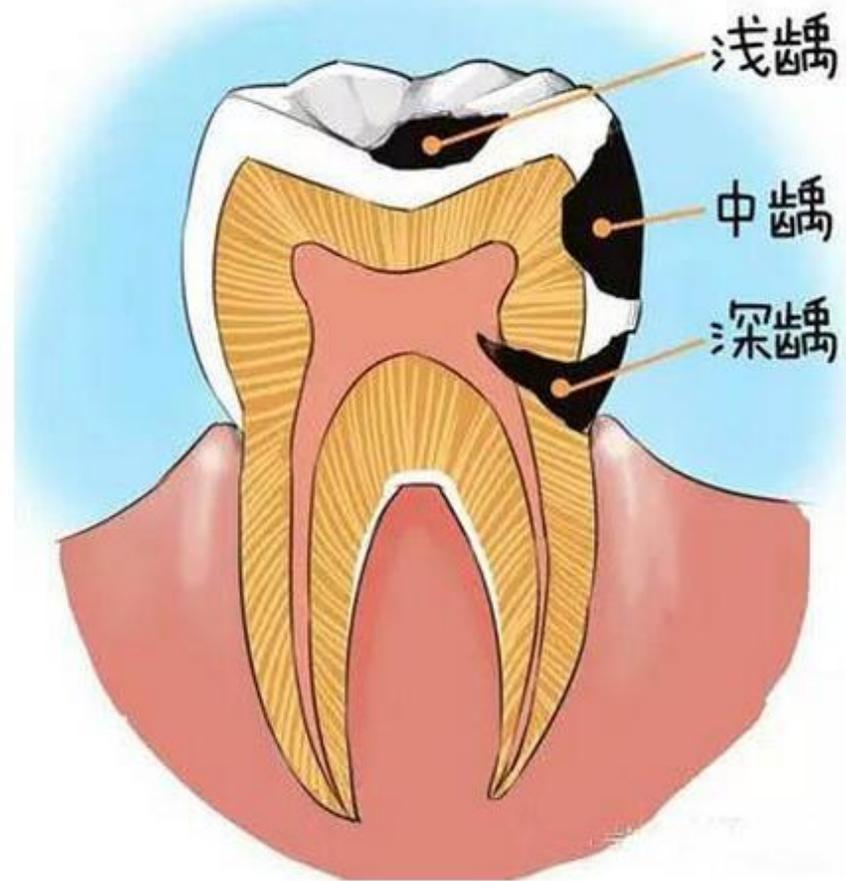
- ①预防和减少乳牙与恒牙龋病的发生
- ②关注儿童青少年的牙、颌、面发育
- ③定期到口腔内科、口腔正畸科检查或治疗

①预防和减少乳牙与恒牙龋病的发生

2007年第三次全国口腔健康流行病学抽样龋病调查结果：

- ① 5岁儿童乳牙龋病的患病率为66.0%，仅2.8%接受治疗；
- ② 12岁儿童恒牙龋病的患病率为28.9%，仅10.6%接受治疗；
- ③ 35~44岁中年人龋病患病率为88.1%，10%~20%接受治疗
- ④ 65~74岁老年人龋病患病率为98.4%，10%~20%接受治疗

龋齿 (蛀牙)



龋病俗称虫牙、蛀牙，是细菌性疾病，可以继发牙髓炎和根尖周炎，甚至能引起牙槽骨和颌骨炎症。

②关注儿童青少年的牙、颌、面发育

- 错颌畸形影响牙、颌及面部生长发育，有些会严重影响容貌；
- 错颌畸形的发病率约**70%**，且有遗传倾向；
- 错颌畸形矫治的最佳年龄为5~18岁。

错合畸形的危害性

(1) 局部危害性

影响颌面的发育 (美观)
影响口腔的健康 (龋齿,牙周病)
影响口腔功能 (发音,咀嚼)

(2) 全身危害性

心理健康
呼吸

齙齿



三、中青年（职业）人群口腔健康管理（30~59岁）

- 1) 预防龋齿，保护好牙体组织
- 2) 关注牙周健康，预防牙周病发生（牙周病是缺牙的重要原因）

1) 保持口腔卫生、避免牙齿咬过硬食物



因為咬裂而需拔除的牙齒

2) 关注牙周健康，预防牙周病发生

第三次全国口腔健康流行病学抽样调查结果：

- (1) 35~49岁年龄段牙周病发病率为80%，牙周健康者<20%；
- (2) 牙石检出率为97.3%，牙龈出血检出率为77.3%

牙周健康值得重视

牙周病的危险因素

1. 局部因素:

- 1) 菌斑
- 2) 牙结石
- 3) 咬合创伤
- 4) 其它 (不良修复体、食物嵌塞)

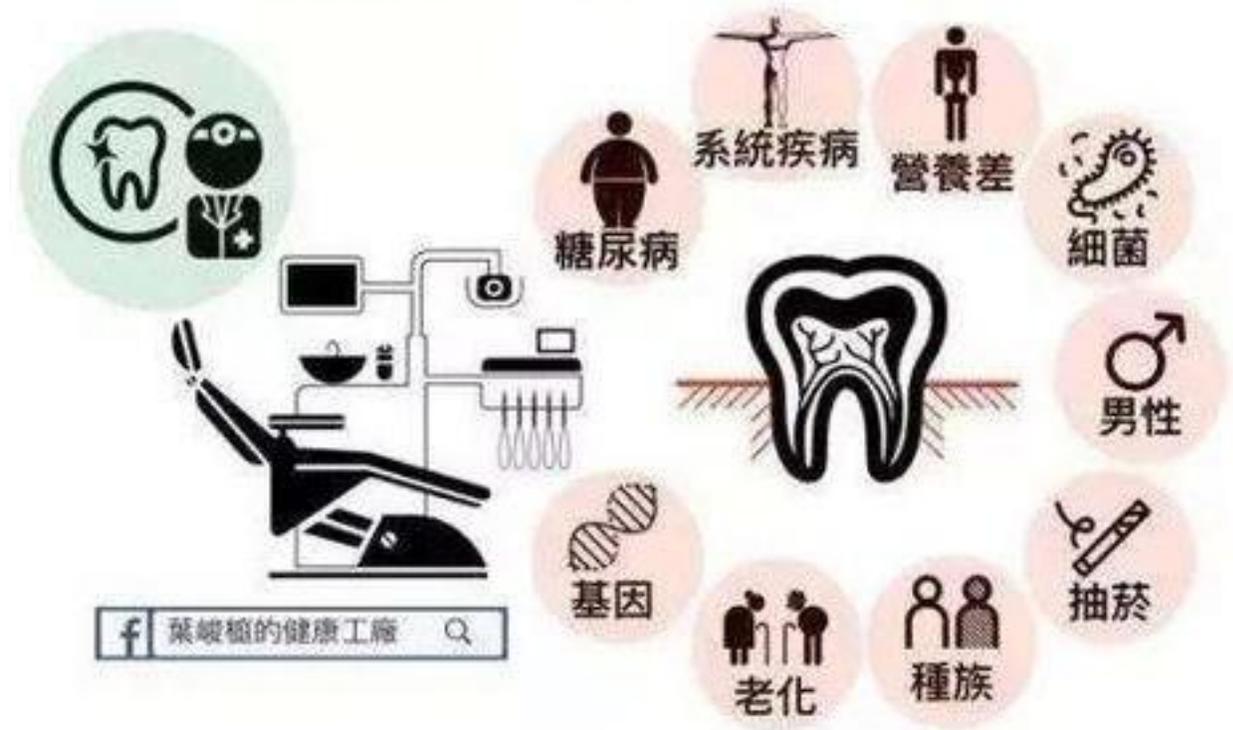


牙周病的危險因素

2.全身因素:

- 1) 心理
- 2) 不良生活方式 (烟酒、熬夜)
- 3) 孕妇
- 4) 糖尿病
- 5) 饮食不均衡 (缺维生素D、骨质疏松)
- 6) 遗传

牙周病的危險因子



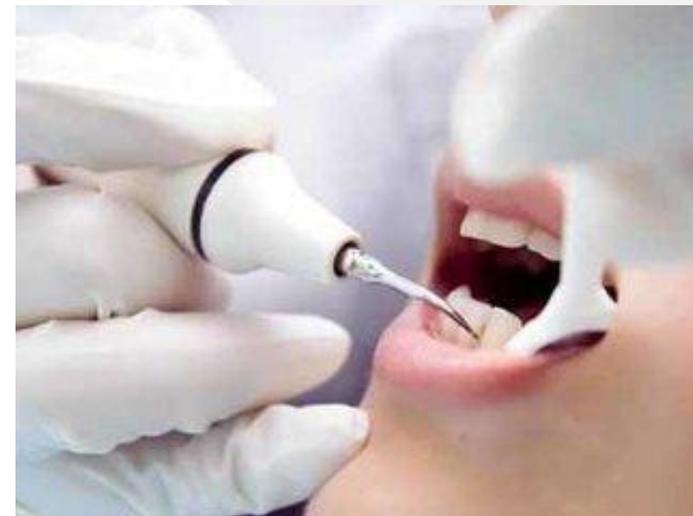
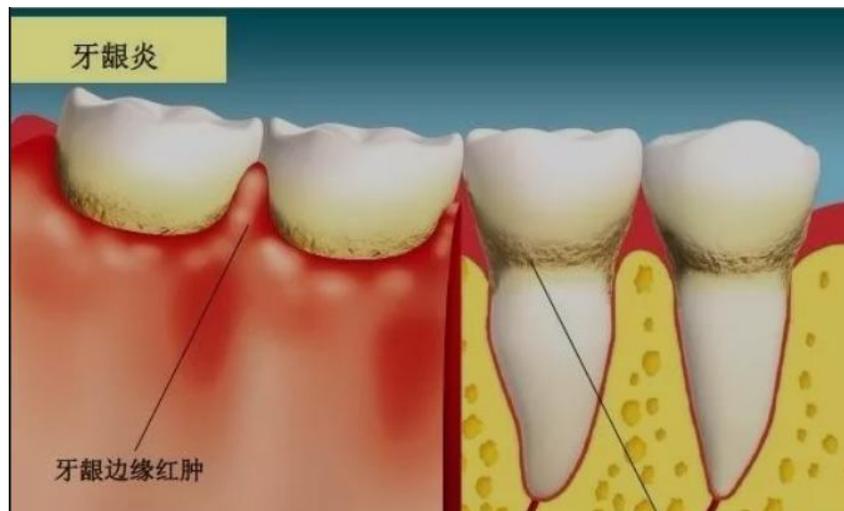
牙周病的危害

- 1) 局部危害：炎症、出血、咀嚼难、失牙
- 2) 全身问题：加重全身疾病



牙周炎的治疗

FR



- 1) 局部因素：龈上洁治、龈下刮治、牙周手术
- 2) 牙周-正畸联合治疗：破除牙齿合创伤
- 3) 全身支持治疗

全身支持疗法

- 1) 充足的睡眠
- 2) 适度的运动
- 3) 改变不良生活方式 (戒烟、酒)
- 3) 控制好全身疾病

牙周病治疗包括局部、牙周-正畸联合、全身支持的综合治疗

小结

三、中青年（职业）人群口腔健康管理（30~59岁）

- 1) 预防龋齿，保护好牙体组织
- 2) 关注牙周健康，预防牙周病发生

4. 老年人口腔健康管理 (>60岁)

- 1) 持续预防龋齿的发生
- 2) 持续关注牙周健康
- 3) 缺牙的修复治疗



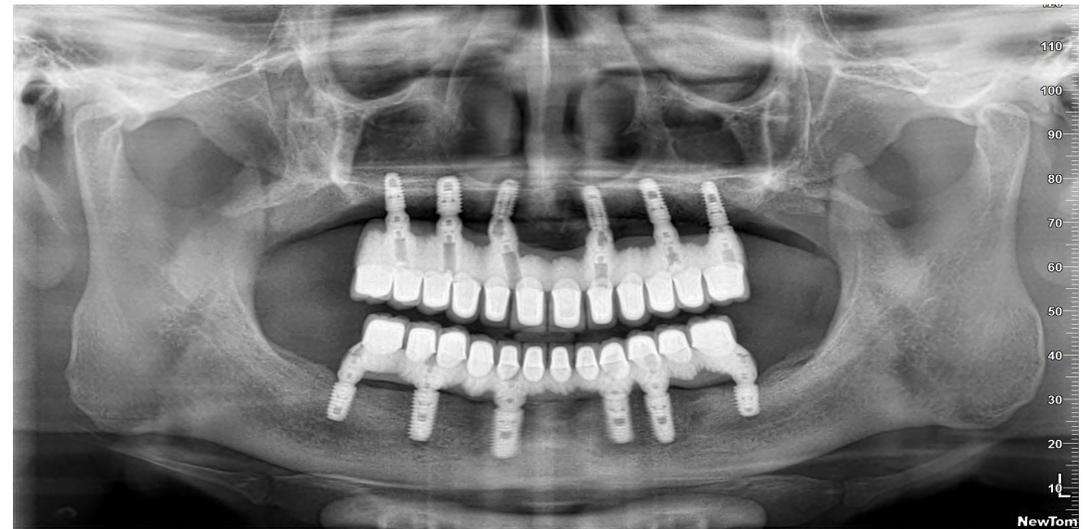
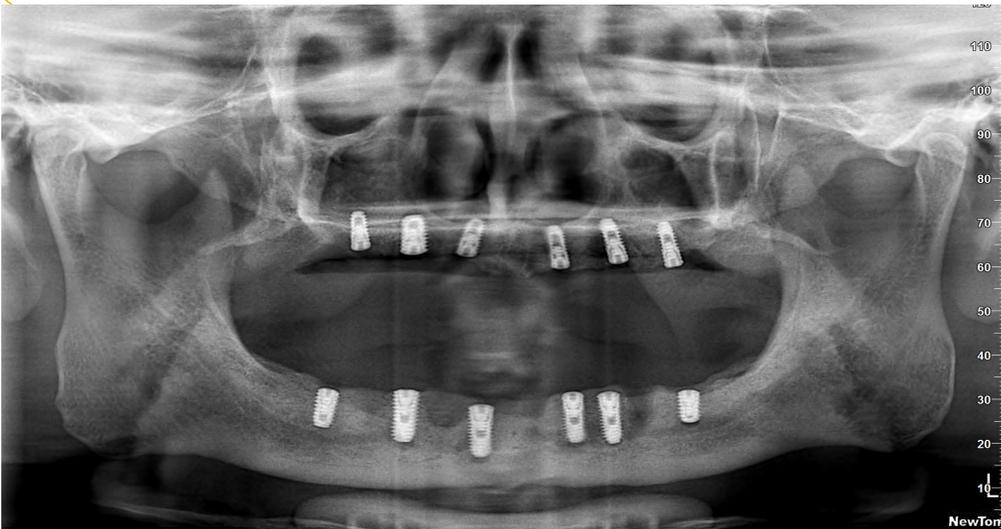
真实案例

FR



真实案例

FR



各种义齿的卫生维护

- 1) 活动义齿要每天牙膏牙刷清洁
- 2) 固定义齿牙刷、牙线清洁、定期洁牙等牙周维护
- 3) 种植牙牙刷、牙线清洁，定期牙周维护

总结

1. 生命早期1000天口腔健康服务（0~3岁）：
家长、刷牙防龋齿、母乳喂养
2. 儿童、青少年口腔健康管理服务（4~18岁）：
刷牙牙线防龋病、正畸治疗改善容貌
3. 中青年（职业）人群口腔健康管理（19~59岁）：
刷牙牙线防龋、防牙周病及牙周病治疗
4. 老年人口腔健康管理（>60岁）：
刷牙牙线防龋、防牙周病、牙周病治疗及缺牙修复

谢谢!



暨南大学附属第一医院穗华口腔医院

天河院区：黄埔大道413号（石牌牌坊旁）

荔湾院区：六二三路9号（地铁6号线文化公园站E出口）

海珠院区：新港西路77号大信·悠客街（百佳购物广场对面）

咨询电话：020-62266666

穗华口腔官网：www.62266666.com