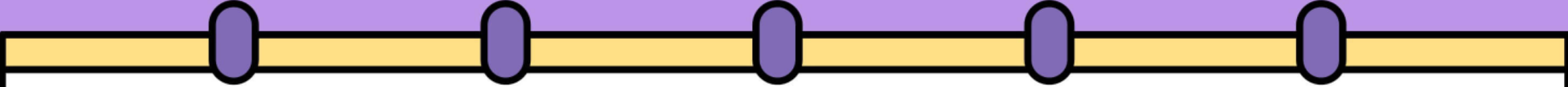


预防蛀牙小学



目录

- 蛀牙的形成与影响
- 蛀牙的成因与预防
- 儿童蛀牙的预防
- 学校蛀牙预防教育
- 家庭在蛀牙预防中的作用
- 结论与建议

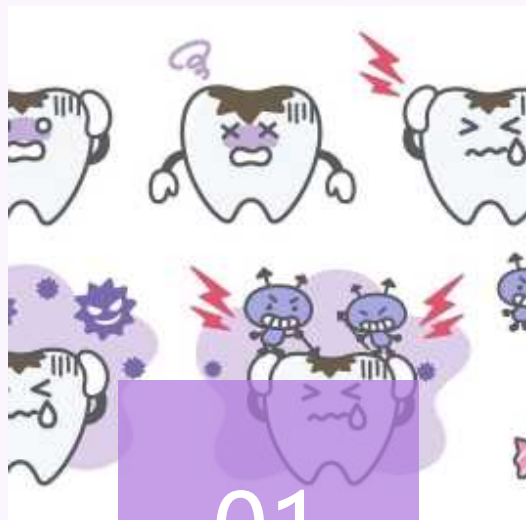


01

蛀牙的形成与影响



蛀牙的形成



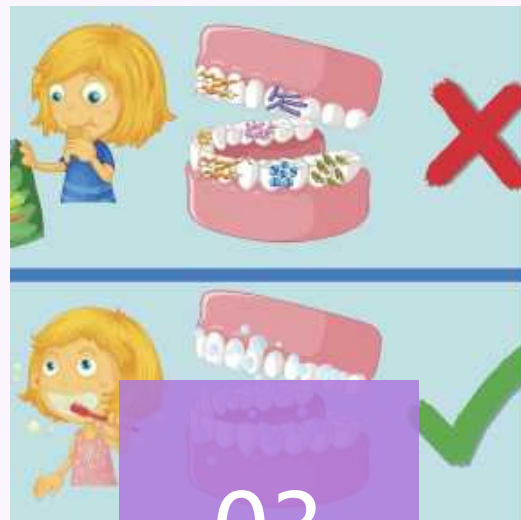
细菌作用

口腔中的细菌与食物残渣相互作用，产生酸性物质，腐蚀牙齿表面，导致蛀牙形成。



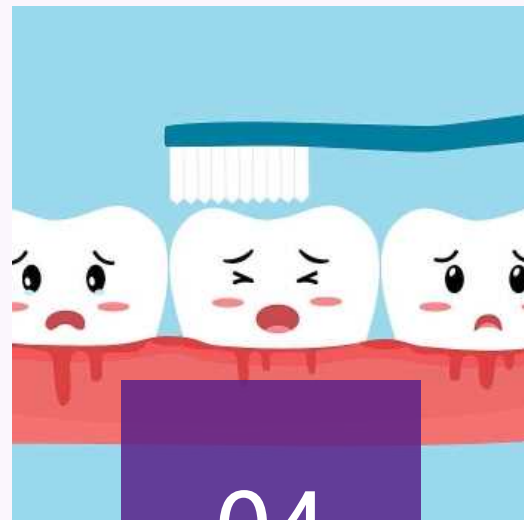
口腔环境

口腔卫生状况差，食物残渣和细菌容易滋生，增加蛀牙的风险。



饮食习惯

高糖、高淀粉食物摄入过多，增加口腔酸性环境，促进细菌繁殖，导致蛀牙。



遗传因素

某些基因可能影响口腔环境，增加蛀牙的风险。

蛀牙的影响



疼痛不适

蛀牙可引起牙齿疼痛、牙龈肿痛等不适症状，影响生活质量。



咀嚼功能受损

蛀牙导致牙齿缺损，影响咀嚼功能，影响消化吸收。



心理影响

蛀牙影响美观，可能导致自卑、焦虑等心理问题。



感染风险

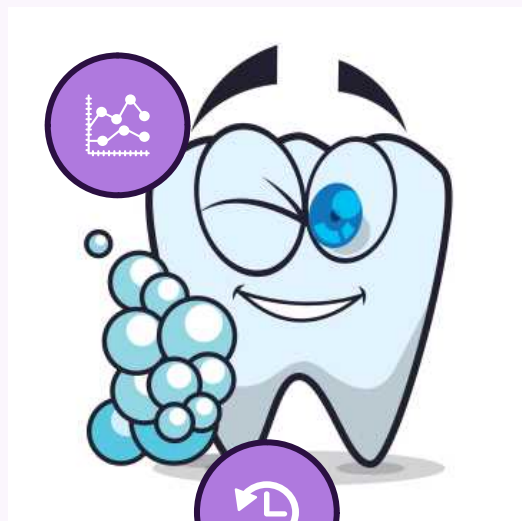
蛀牙可能引起牙髓炎、根尖周炎等感染，严重时可能危及生命。



蛀牙的预防重要性

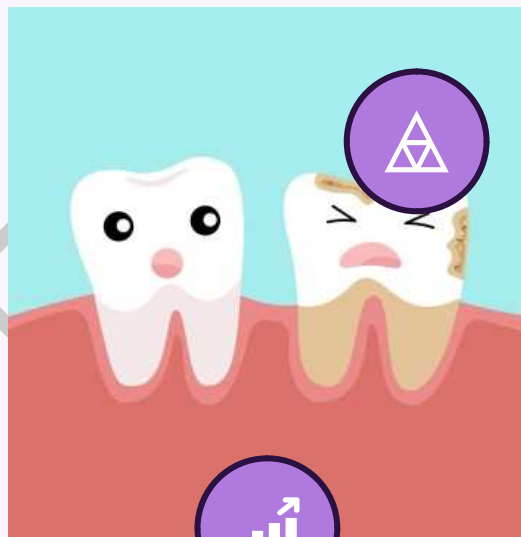
保护口腔健康

预防蛀牙有助于维护口腔健康，
减少口腔疾病的发生。



提高生活质量

预防蛀牙可以减轻疼痛不适，
提高生活质量。

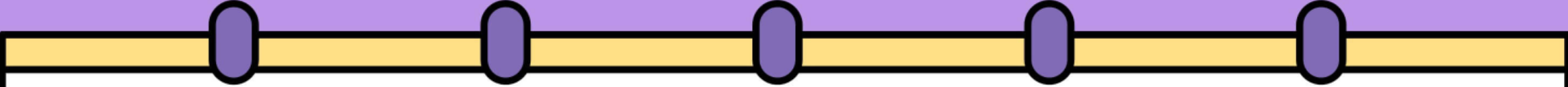


促进心理健康

预防蛀牙可以改善外貌形象，
减少心理压力和自卑感。

节约医疗资源

预防蛀牙可以减少医疗资源的
消耗，减轻社会负担。



02

蛀牙的成因与预防





蛀牙的成因

细菌因素

口腔中的细菌通过分解食物残渣产生酸，腐蚀牙齿表面，导致蛀牙。

饮食习惯

长期摄入高糖、高淀粉食物，增加口腔酸性环境，促进细菌繁殖，增加蛀牙风险。

口腔环境

口腔环境中的唾液分泌量、酸碱度、温度和湿度等因素也会影响蛀牙的形成。

牙齿排列与结构

牙齿排列不整齐、牙齿表面结构异常等也会增加蛀牙的风险。





口腔卫生习惯

刷牙

每天早晚刷牙两次，每次刷牙时间不少于2分钟，采用正确的刷牙方法（水平颤动法或旋转法），以清除牙菌斑和食物残渣。

漱口

饭后及时漱口，减少食物残渣和细菌在口腔中的滞留。

牙线使用

每天使用牙线清洁牙齿相邻面，去除牙菌斑和食物残渣。

定期洁牙

每年至少洁牙一次，清除牙结石和牙菌斑。

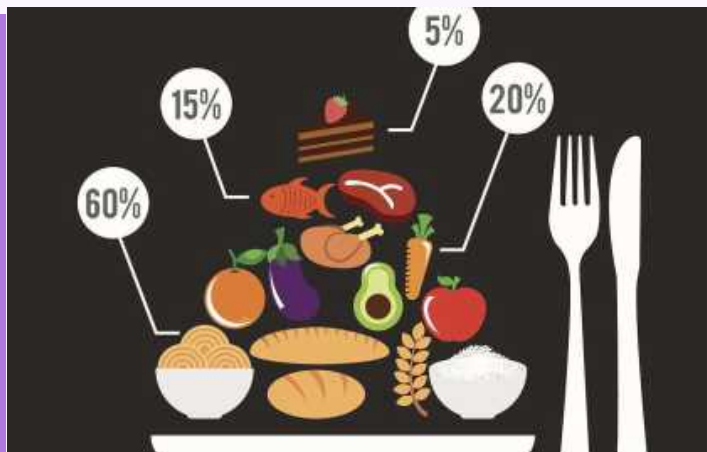




饮食与蛀牙的关系

控制糖分摄入

减少高糖、高淀粉食物的摄入，如糖果、巧克力、蛋糕等。



适当控制酸性食物和饮料

酸性食物和饮料会降低口腔pH值，增加蛀牙风险，应适当控制摄入。



增加膳食纤维摄入

多吃富含膳食纤维的食物，如蔬菜、水果、全麦面包等，有助于口腔自洁。





氟化物的应用

氟化物漱口水

在医生的指导下使用氟化物漱口水，有助于提高牙齿抗酸能力，预防蛀牙。



氟化物涂氟

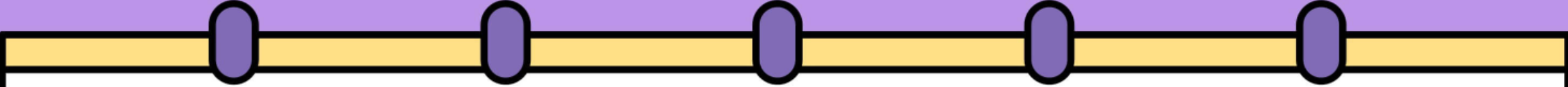
定期进行牙齿涂氟，使牙齿表面形成坚固的氟化物保护层，增强抗酸能力。



含氟牙膏

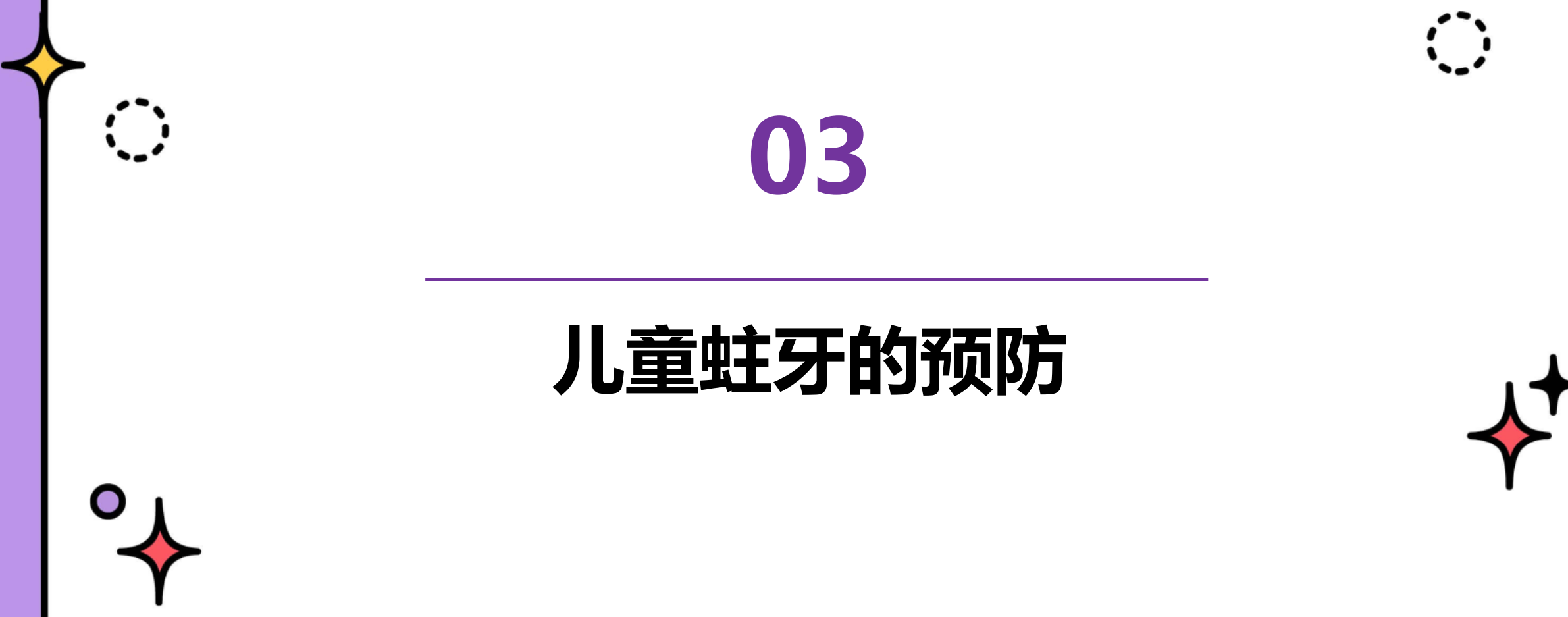
选择含氟牙膏刷牙，有助于在牙齿表面形成氟化物保护层，提高抗酸能力。





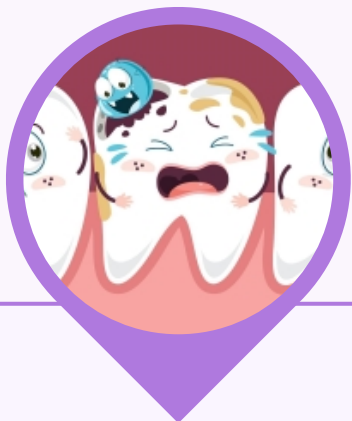
03

儿童蛀牙的预防





定期口腔检查



定期口腔检查

家长应定期带儿童进行口腔检查，以便早期发现蛀牙或其他口腔问题，及时采取措施进行干预和治疗。



口腔健康评估

医生会评估儿童的口腔健康状况，包括牙齿排列、咬合关系、牙龈状况等，并给出针对性的预防建议。



早期干预

对于存在蛀牙风险的儿童，医生会提出早期干预措施，如局部涂氟、窝沟封闭等，以降低蛀牙的发生率。



正确的刷牙方法



选用适合儿童的牙刷

根据儿童的年龄和口腔大小，选择合适的儿童牙刷，刷毛柔软、刷头适中。

正确的刷牙姿势

指导儿童采用正确的刷牙姿势，如水平颤动法、旋转法等，确保每个牙齿都能被彻底清洁。

刷牙时间和频率

确保儿童每天刷牙两次，每次刷牙时间不少于2分钟，饭后漱口以减少食物残渣和细菌的滋生。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/228055110143006040>