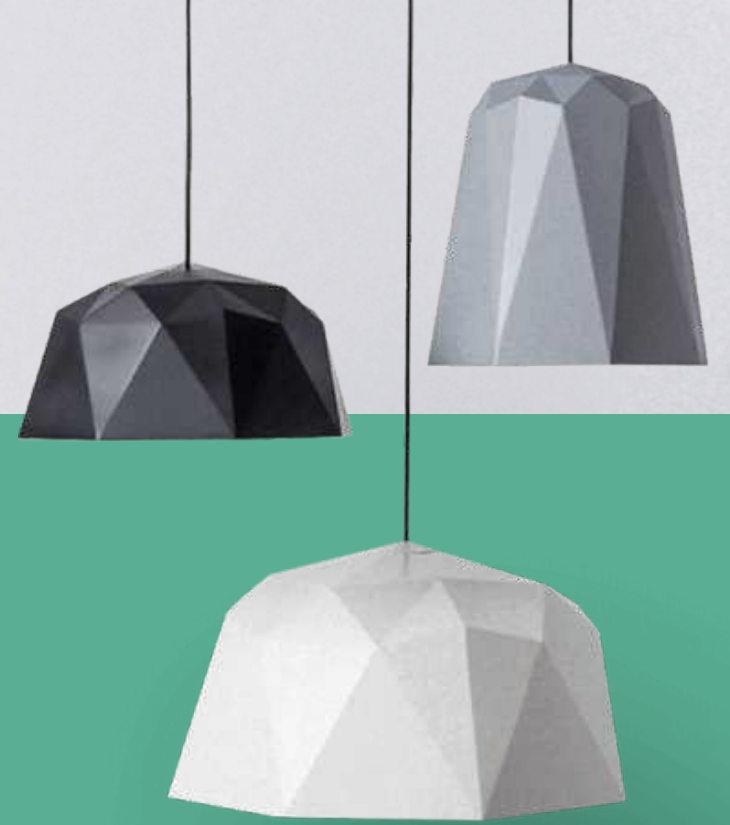


预防牙龋





- 牙齲的危害
- 牙齲的成因
- 牙齲的預防方法
- 個人預防牙齲的行動計劃
- 社區和政府預防牙齲中的作用



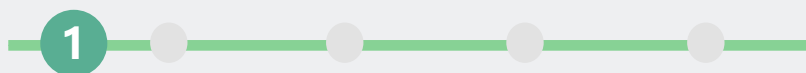


牙齦的危害





对口腔健康的影响



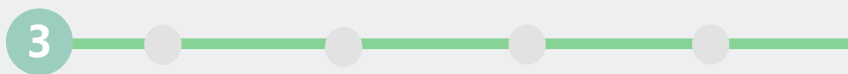
牙齿疼痛

牙龋会导致牙齿敏感、疼痛，影响咀嚼功能。



牙周感染

牙龋易引起牙周感染，导致牙龈肿痛、口腔异味等症状。



牙齿脱落

严重牙龋可能导致牙齿脱落，影响口腔美观和咀嚼功能。



对全身健康的影响



消化系统问题

牙齦影响咀嚼功能，可能引发消化不良、胃痛等问题。



心脏病风险

牙齦与心脏病风险存在关联，口腔感染可能引发心血管疾病。



糖尿病并发症

牙齦与糖尿病存在相互影响，口腔健康状况不佳可能加重糖尿病病情。

对生活品质的影响

01



疼痛与不适



牙龋导致牙齿疼痛、口腔不适，影响日常生活和工作。

02



社交障碍



口腔问题可能导致自卑、羞于开口，影响社交和人际关系。

03



睡眠质量下降



牙龋引起的疼痛和不适可能影响睡眠质量，导致疲劳和注意力不集中。



牙齦的成因



细菌因素



变形链球菌

这是口腔中常见的细菌，能发酵多种糖类产生酸，导致牙齿脱矿溶解。



乳杆菌属

这类细菌同样能发酵糖类产酸，促进牙龋形成。



 食物因素

糖类

糖分摄入过多，尤其是蔗糖，在口腔中长时间停留，为细菌提供了能量，促进牙龋形成。

酸性食物

这类食物能直接腐蚀牙齿，导致牙釉质脱矿溶解。





口腔环境因素

唾液分泌量

唾液有清洁口腔、抑制细菌繁殖的作用。唾液分泌不足，容易导致牙齲形成。

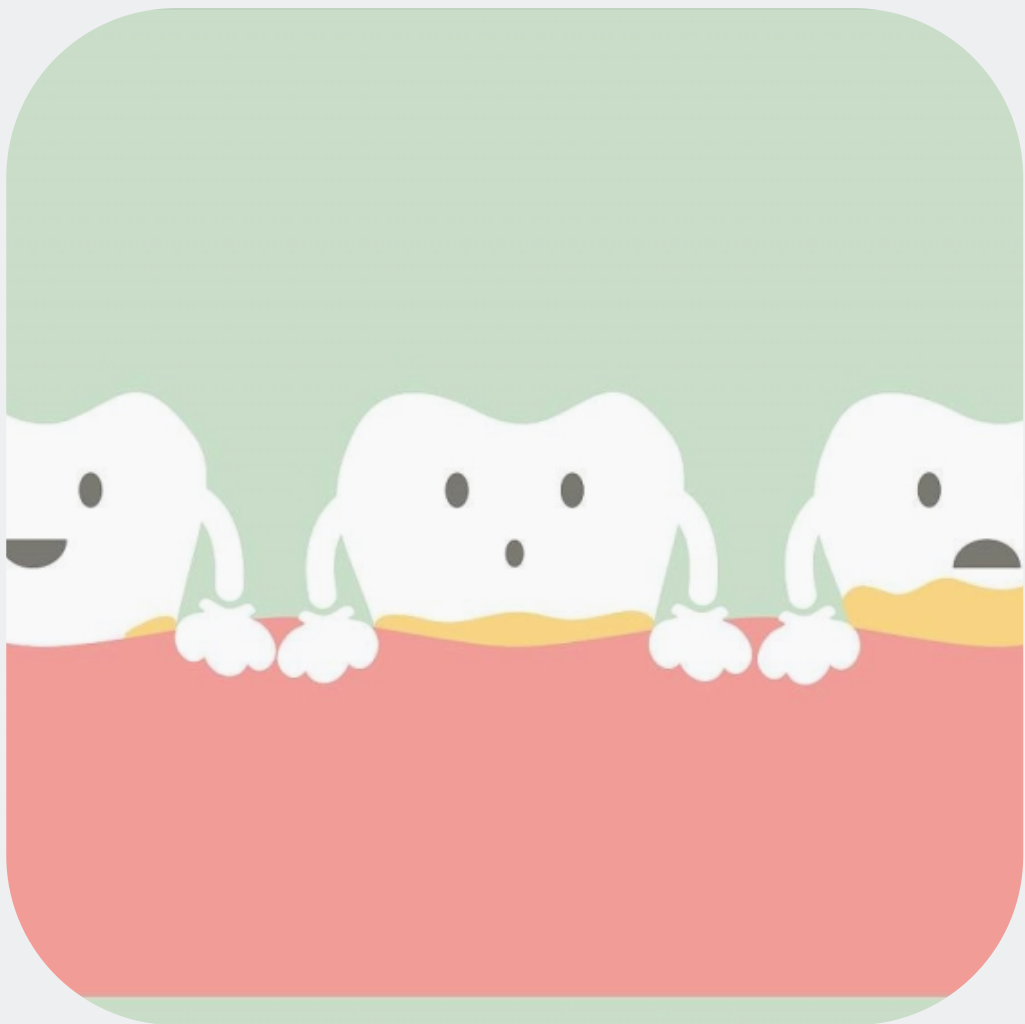
口腔PH值

口腔PH值偏酸，有利于细菌的繁殖，增加牙齲的风险。





宿主因素



牙齿排列不齐

牙齿排列不齐或拥挤，容易造成食物残渣滞留，增加牙齲的风险。

牙齿结构异常

如牙齿钙化不全、釉质发育不全等，都会降低牙齿的抗齲能力。



牙齦的預防方法



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/817046151044006050>