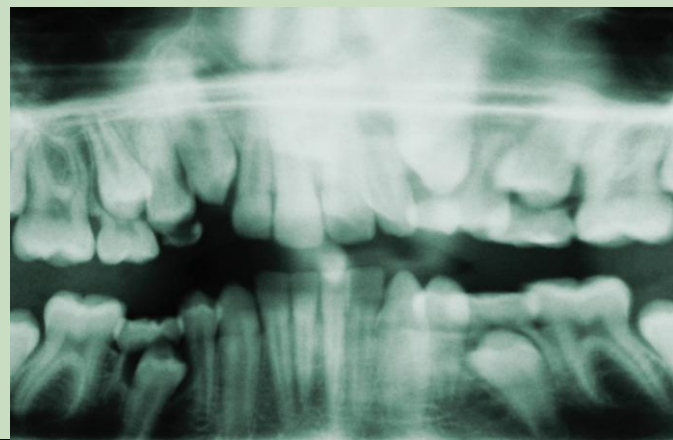


低年級

口腔保健常識宣  
導海報

# 乳牙太早蛀掉的影響

- ★恆牙生長時空間不夠
- ★隔壁牙齒會歪歪的
- ★恆牙會排列不整齊
- ★會影響咀嚼和消化



# 牙齒的功能

**門齒**(上下各四顆):切割食物

**犬齒**(上下左右各一顆):撕裂食物

**前臼齒**(上下左右各二到三顆):壓碎食物

**大臼齒**(上下左右各二到三顆):研磨食物

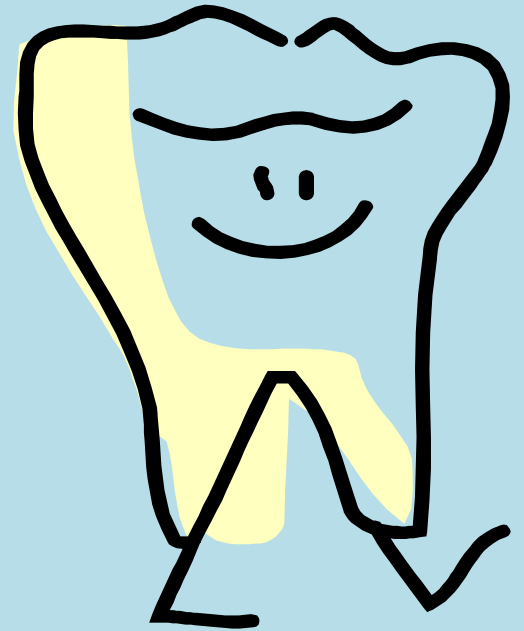
★咀嚼食物

★幫助發音

★保持美好的臉形

# 兒童口腔常見問題

- 齲齒 (就是蛀牙) 最常見
- 牙周病
- 齒列不整
- 牙齒外傷



# 牙齒意外撞落 怎麼辦？

- ★趕快找回牙齒
- ★將牙齒放在牛奶或生理食鹽水中,不可以用力刷洗
- ★將脫落牙齒含在口中並盡速就醫



# 牙菌斑是如何形成的？

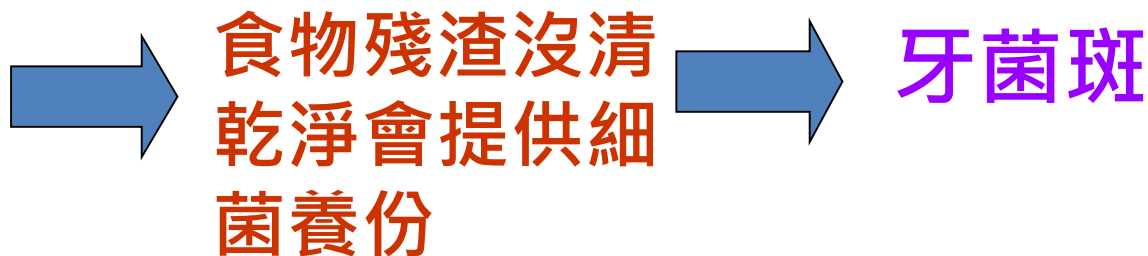
飯後口內食物沒清乾淨 ➡ 細菌  
+ 口內脫落細胞 ➡ 變成牙菌斑

肉眼看不見,要徹底  
刷牙才能清除  
會造成蛀牙和牙周病

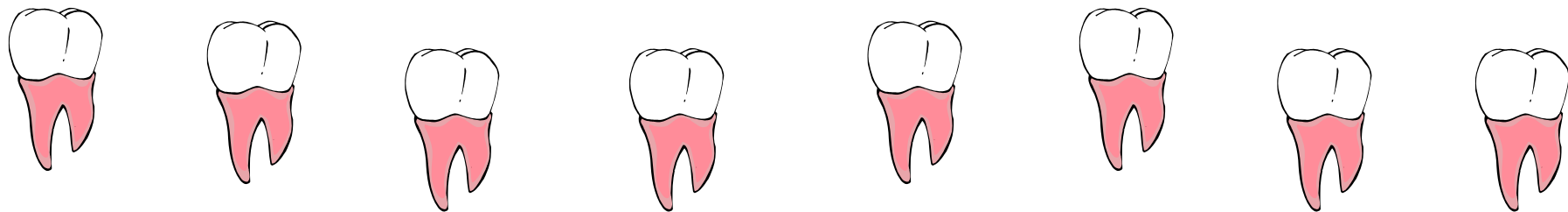


# 何時該潔牙？

★飯後



★睡前



# 恆牙長出的時間

- ★約6歲(大班到一年級): 第一大臼齒  
(最先長出的恆牙)
- ★6~8歲(一二年級): 上下門牙
- ★7~9歲(二三年級): 上下側門牙
- ★9~11歲(三到五年級): 上下犬齒、第一小臼齒
- ★10~12歲(四到六年級): 上下第二小臼齒
- ★10~13歲(四到七年級): 上下第二大臼齒
- ★17~25歲: 上下第三大臼齒(就是智齒)



中年級

口腔保健常識  
宣導海報

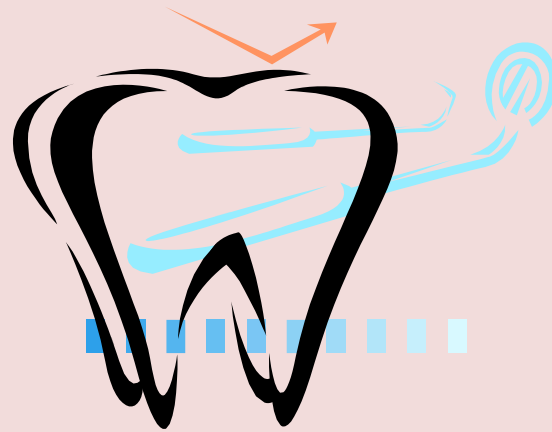
# 兒童口腔常見問題

● 齲齒 (引起牙痛的主因)

● 牙周病

● 齒列不整

● 牙齒外傷



# 牙齒的功能

門齒(上下各四顆):切割食物

犬齒(上下左右各一顆):撕裂食物

前臼齒(上下左右各二到三顆):壓碎食物

大臼齒(上下左右各二到三顆):研磨食物



# 牙齒容易齲蛀的部位

★咬合面

★鄰接面

★牙齦溝





# 牙齒的構造



## ◆牙齦上:牙冠

## ◆骨頭內:牙根

牙冠結構由外往內:

牙冠結構由外往內:

★牙釉質：比骨頭硬,可保護牙髓 (琺瑯質) 齧蛀時還不會有疼痛感

★牙骨質：硬度較低

★牙本質：含神經末梢,齧蛀會痛 (象牙質)

★牙本質：同牙冠

★牙髓質：由神經及血管所組成  
齧蛀時會劇烈疼痛

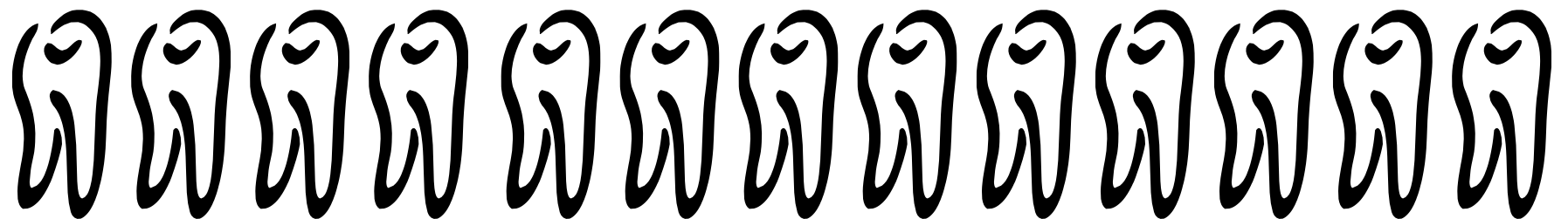
★牙髓質：同牙冠

# 乳牙過早齣蛀的影響

★恆牙長出的空間喪失

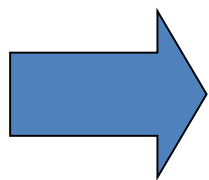
★鄰牙傾斜

★恆牙咬合不正

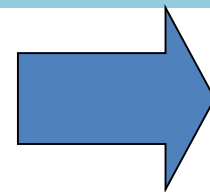


# 何時該潔牙？

★飯後

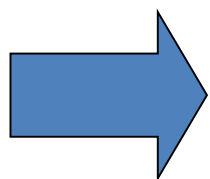


食物殘渣滯留會  
提供細菌養份

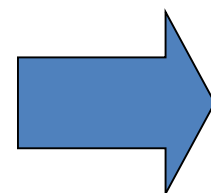


牙菌斑

★睡前



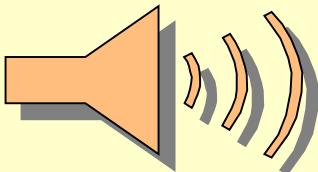
睡覺時舌頭吞  
嚥減少口水分  
泌少且自淨作  
用降低



牙菌斑



# 維護口腔衛生的工具

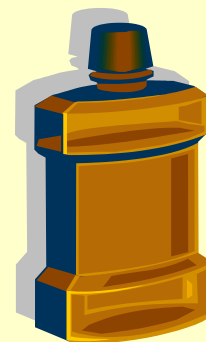
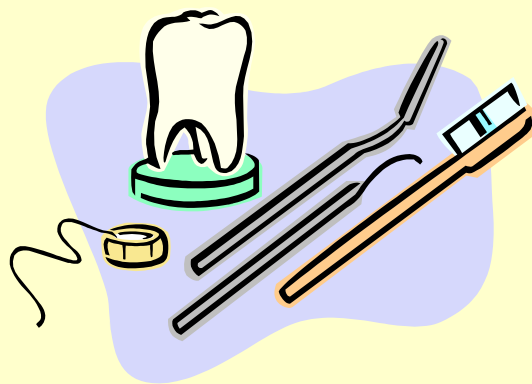
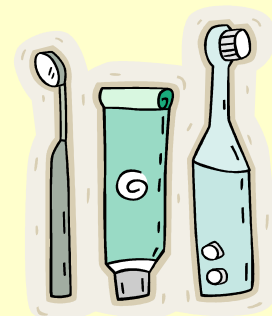
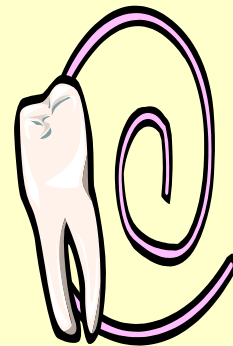
★牙刷與牙線  最主要的工具

★牙間刷 (要照牙醫指示使用)

★牙線棒 (有時易傷害牙齦)

★沖牙機 (但水柱無法將牙菌斑沖乾淨)

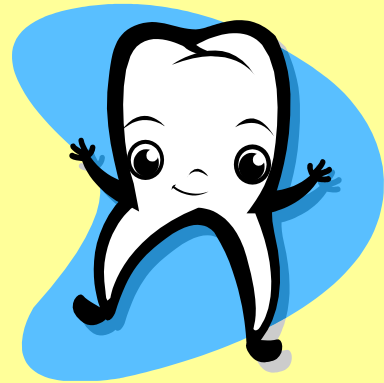
★漱口藥水 (建議一週用一次)





# 牙菌斑容易堆積的部位

- ◆ 牙齒咬合面(小窩裂溝)
- ◆ 牙齒鄰接面(牙縫) 要配合牙線
- ◆ 牙齒靠牙齦處



以上三處也是容易  
齲蛀的部位

# 刷牙的基本要領

★選用軟毛小牙刷

★正確握法

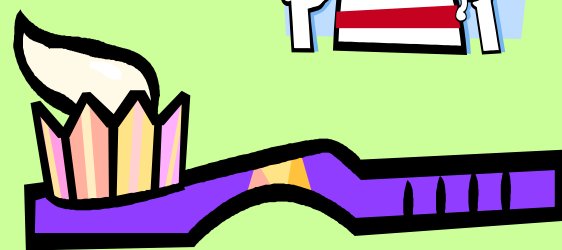
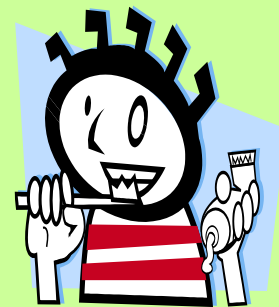
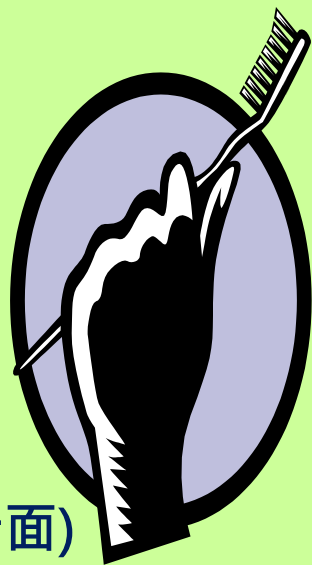
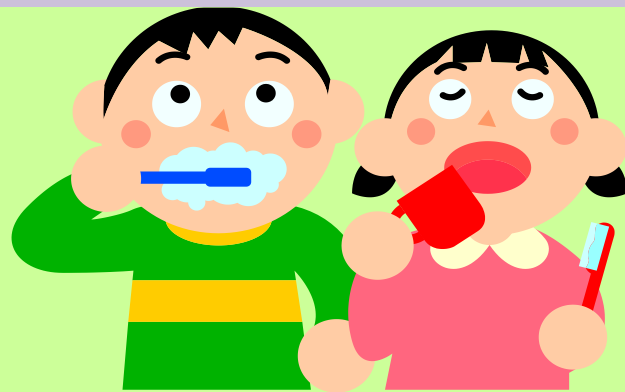
★對著鏡子刷

★牙刷涵蓋一點牙齦(可清潔靠近牙齦部位的牙面)

★輕力

★牙刷與齒列方向一致

★循一定順序



# 牙齒的排列

- ★乳牙：上下各 1 0 顆,共 2 0 顆  
( 出生六個月到二歲半長齊 )
  - ★混合牙：六到十二歲乳牙陸續換成恆牙
  - ★恆牙：上下各 1 6 顆,共 3 2 顆 ( 包含智齒 )
    - 十二歲左右：2 8 顆恆牙長齊
    - 十八歲以後：4 顆智齒陸續長出  
( 有的人沒有全部長出 )
- 人的一生有長過的牙齒  
總數最多可達 5 2 顆

高年級

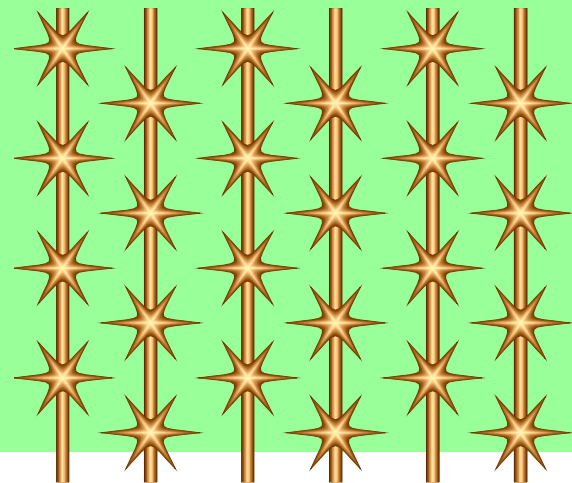
口腔保健常識  
宣導海報



# 氟化物的功能

- ★抑制口腔細菌滋長
- ★強化牙齒結構
- ★增加牙齒再礦化

使用濃度為0.2%



# 牙齒容易齲蛀的部位

★咬合面

★鄰接面 最不易刷到

★牙齦溝





# 牙齒的構造



## ◆牙齦上:牙冠

## ◆骨頭內:牙根

牙冠結構由外往內:

牙冠結構由外往內:

★牙釉質：比骨頭硬,可保護牙髓 (琺瑯質) 齧蛀時還不會有疼痛感

★牙骨質：硬度較低

★牙本質：含神經末梢,齧蛀會痛 (象牙質)

★牙本質：同牙冠

★牙髓質：由神經及血管所組成  
齧蛀時會劇烈疼痛

★牙髓質：同牙冠

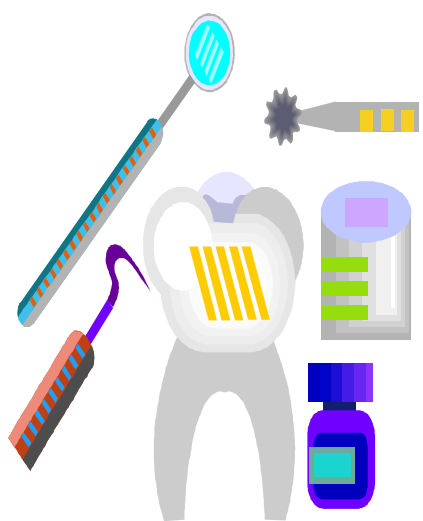
# 牙齒的排列

- ★乳牙：上下各 1 0 顆,共 2 0 顆  
( 出生六個月到二歲半長齊 )
  - ★混合牙：六到十二歲乳牙陸續換成恆牙
  - ★恆牙：上下各 1 6 顆,共 3 2 顆 ( 包含智齒 )
    - 十二歲左右：2 8 顆恆牙長齊
    - 十八歲以後：4 顆智齒陸續長出  
( 有的人沒有全部長出 )
- 人的一生有長過的牙齒  
總數最多可達 5 2 顆



# 含氟漱口水

- 成份為氟化鈉 0 . 2 %
- 每次 1 0 西西,每週一次
- 刷牙後使用,含在口中用力漱動約 1 分鐘後吐出
- 使用後 3 0 分鐘內勿吃東西勿喝水及漱口



# 齲齒的成因

細菌

刷牙未徹底

嚴重的牙周病

不良飲食習慣

宿主  
(牙齒)

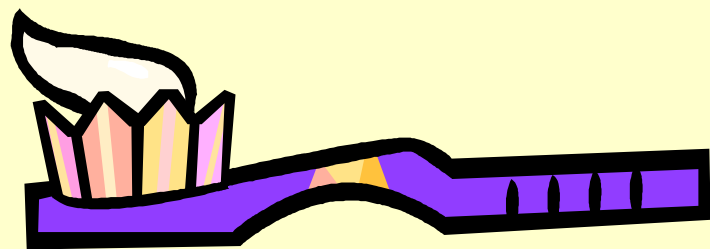
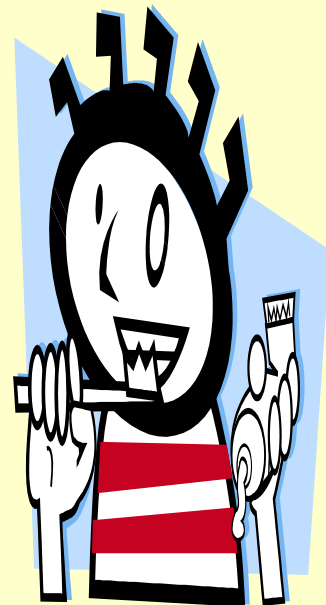
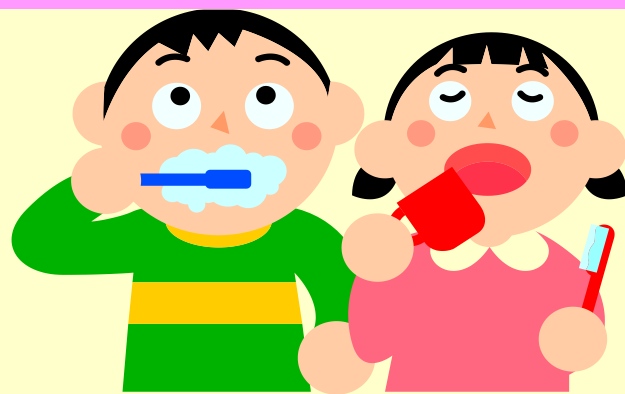
含著奶瓶睡覺

食物

時間

# 刷牙的基本要領

- ★選用軟毛小牙刷
- ★正確握法
- ★對著鏡子刷
- ★牙刷涵蓋一點牙齦(清潔牙面)
- ★輕力
- ★牙刷與齒列方向一致
- ★循一定順序

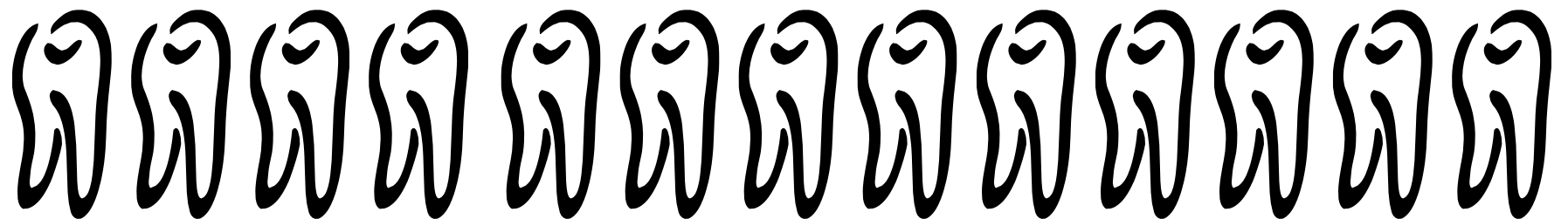


# 乳牙過早齲蛀的影響

★恆牙長出的空間喪失

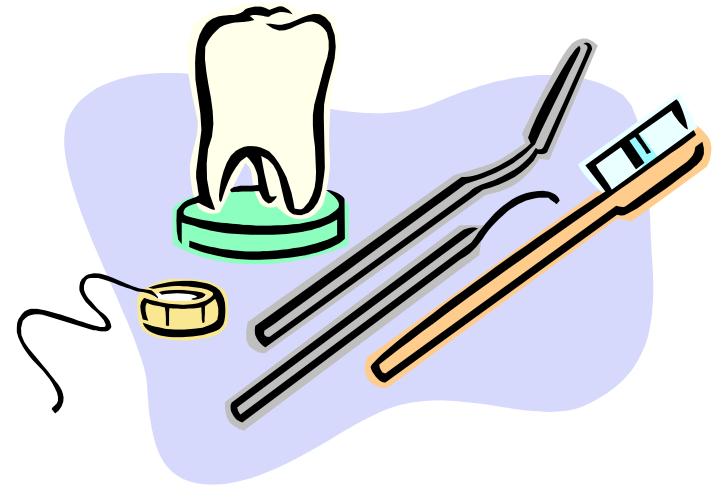
★鄰牙傾斜

★恆牙咬合不正



# 如何預防蛀牙？

- ★定期作口腔檢查
- ★作好口腔衛生
- ★均衡飲食
- ★使用氟化物及預防性治療
- ★不吃檳榔和過多甜食



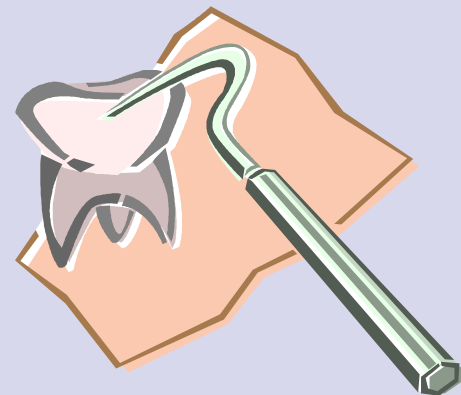
# 已蛀乳牙的治療



★銀粉填補

★複合樹脂填補

★不鏽鋼合金冠(牙套)



(裝牙套之前要先作根管治療,因為已經蛀到牙髓了!牙套可以維持恆牙的空間並恢復咀嚼功能)