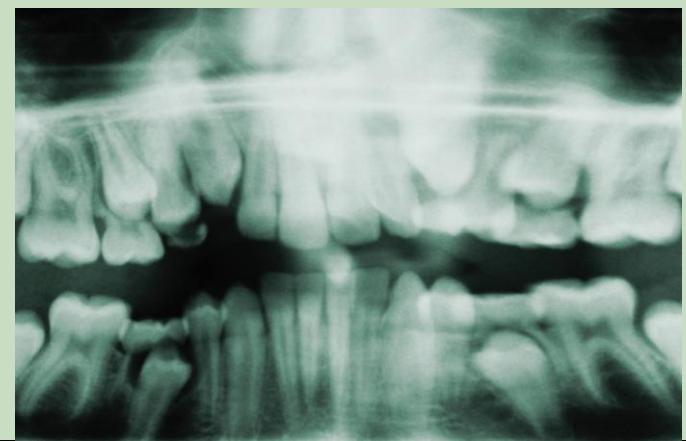


低年級
口腔保健常識宣
導海報

乳牙太早蛀掉的影響

- ★ 恒牙生長時空間不夠
- ★ 隔壁牙齒會歪歪的
- ★ 恒牙會排列不整齊
- ★ 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

- 龋齒(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



牙菌斑

★睡前



牙菌斑



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

- 龅齒(引起牙痛的主要原因)
- 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



牙齒容易齷蛀的部位

- ★ 咬合面
- ★ 邊接面
- ★ 牙齦溝





牙齒的構造



◆ 牙齦上:牙冠

牙冠結構由外往內:

★**牙釉質**：比骨頭硬,可保護牙髓
(**琺瑯質**)齲蛀時還不會有疼痛感

★**牙本質**：含神經末梢,齲蛀會痛
(**象牙質**)

★**牙髓質**：由神經及血管所組成
齲蛀時會劇烈疼痛

◆ 骨頭內:牙根

牙冠結構由外往內:

★**牙骨質**：硬度較低

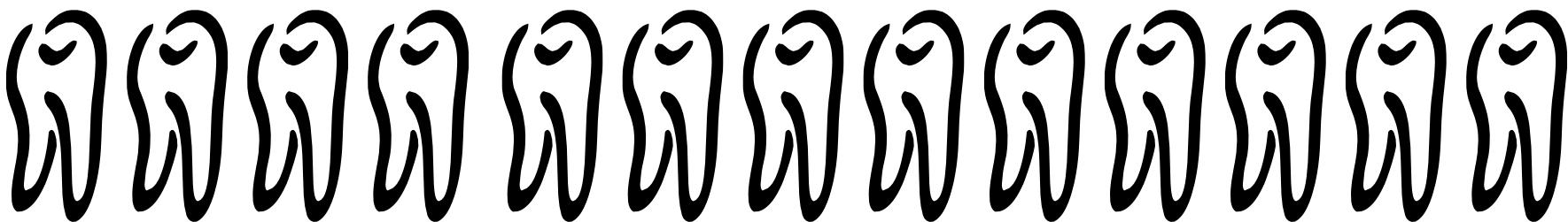
★**牙本質**：同牙冠
牙髓質：同牙冠

乳牙過早齶蛀的影響

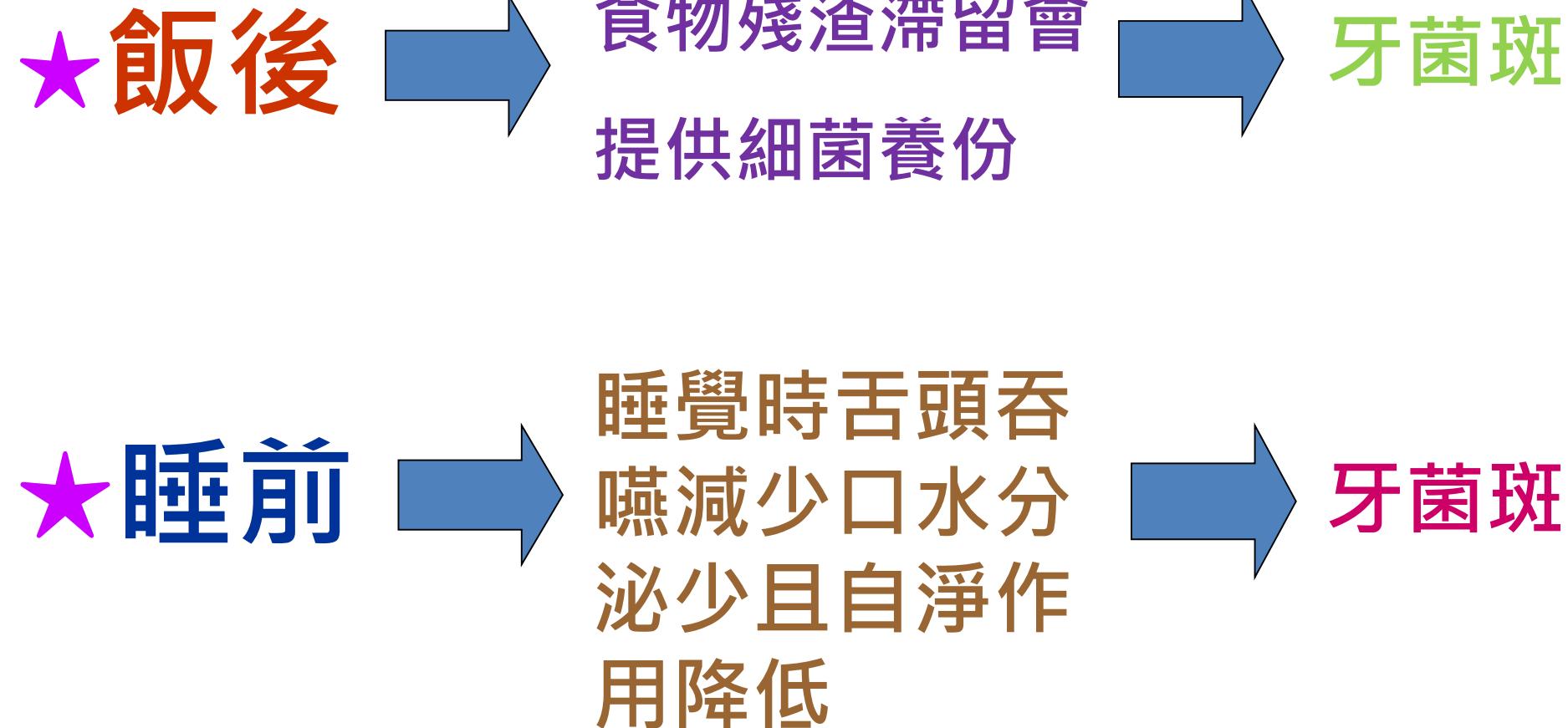
★ 恒牙長出的空間喪失

★ 邊牙傾斜

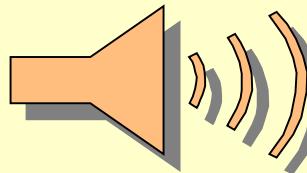
★ 恒牙咬合不正



何時該潔牙？



維護口腔衛生的工具

★ 牙刷與牙線  最主要的工具

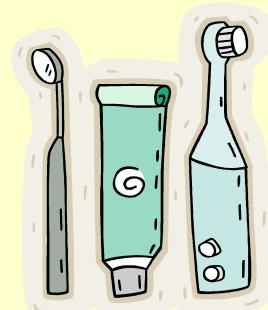
★ 牙間刷 (要照牙醫指示使用)

★ 牙線棒 (有時易傷害牙齦)



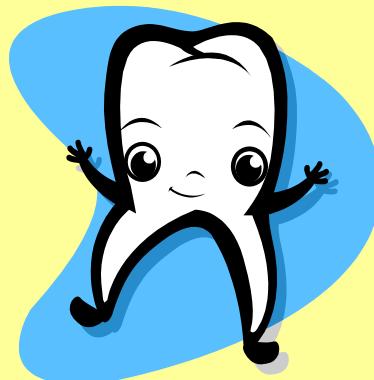
★ 沖牙機 (但水柱無法將牙菌斑沖乾淨)

★ 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

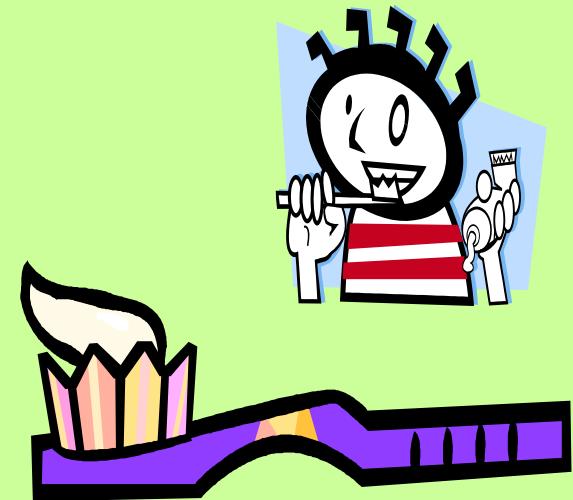
★對著鏡子刷

★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

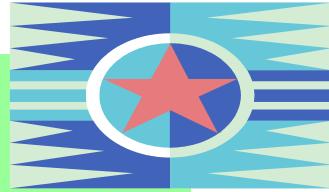


牙齒的排列

- ★乳牙：上下各 10 顆,共 20 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 16 顆,共 32 顆 (包含智齒)
十二歲左右：28 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 52 顆

高年級
口腔保健常識
宣導海報



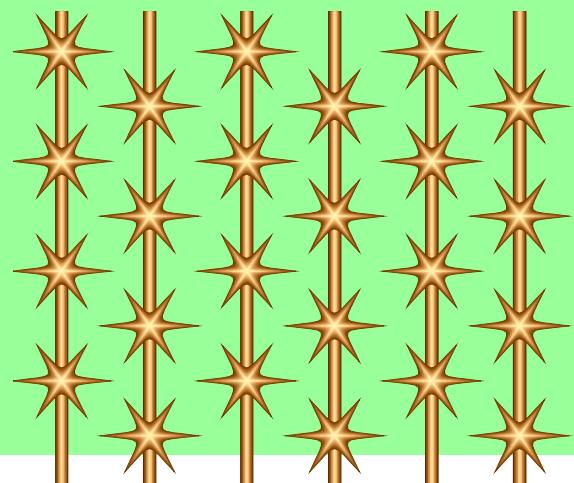
氟化物的功能

★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

★ 邊接面 最不易刷到

★ 牙齦溝





牙齒的構造



◆ 牙齦上:牙冠

牙冠結構由外往內:

★ 牙釉質：比骨頭硬,可保護牙髓
(琺瑯質)齲蛀時還不會有疼痛感

★ 牙本質：含神經末梢,齲蛀會痛
(象牙質)

★ 牙髓質：由神經及血管所組成
齲蛀時會劇烈疼痛

◆ 骨頭內:牙根

牙冠結構由外往內:

★ 牙骨質：硬度較低

★ 牙本質：同牙冠
★ 牙髓質：同牙冠

牙齒的排列

- ★乳牙：上下各 10 顆,共 20 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 16 顆,共 32 顆 (包含智齒)
十二歲左右：28 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)

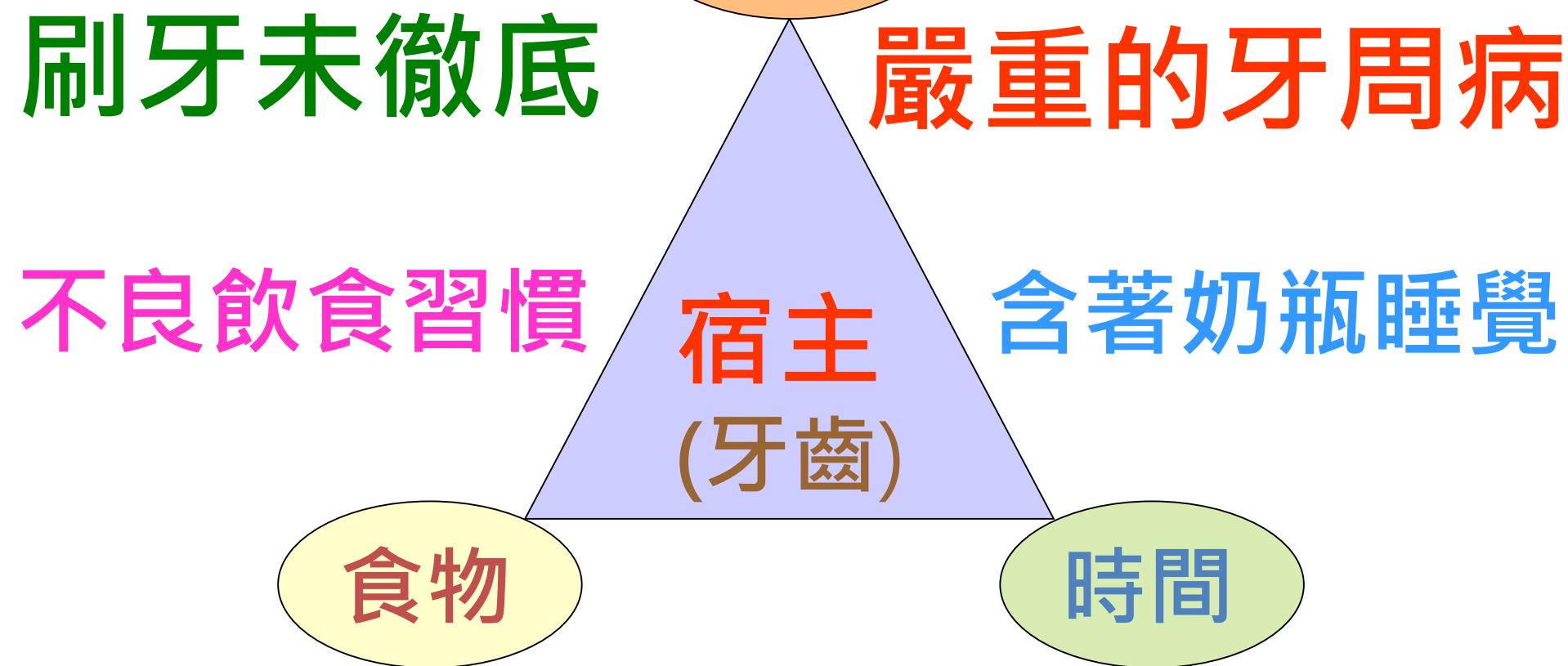
人的一生有長過的牙齒
總數最多可達 52 顆

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



刷牙的基本要領

★選用軟毛小牙刷

★正確握法

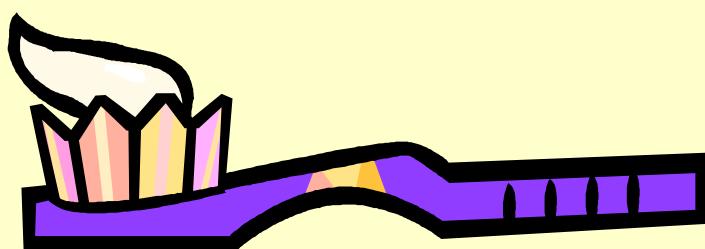
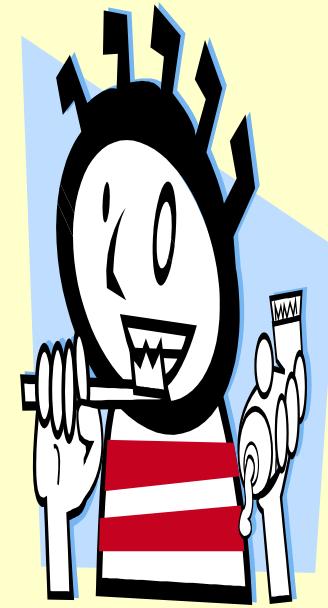
★對著鏡子刷

★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

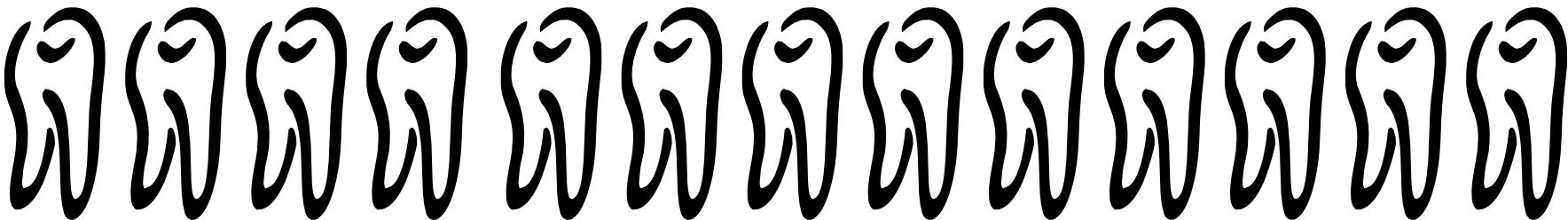


乳牙過早齶蛀的影響

★ 恒牙長出的空間喪失

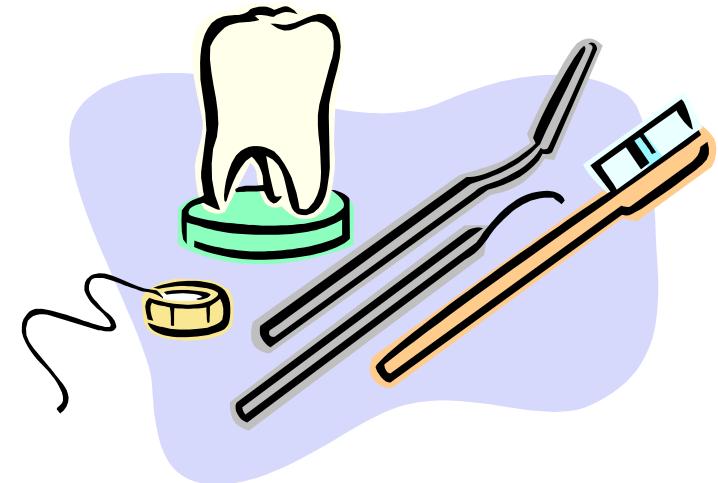
★ 邊牙傾斜

★ 恒牙咬合不正



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)

