

小儿蛀牙怎么办

刘沛希

四川省眉山市彭山世家刘牙科诊所 620860

【中图分类号】R788

【文献标识码】A

【文章编号】2095-9753 (2022) 08-088-01

蛀牙也称为虫牙，一般发生在幼儿群体。小朋友的乳白齿咬合面比较宽大，上面有深深的沟隙帮助小朋友咀嚼并且研磨食物，因此接触到食物的时间很长。现代社会有太多诱惑，例如饼干、糖果、冰淇淋等食物，随手可及。小朋友吃了太多甜食，又不好好注意清洁牙齿，一旦刷牙不彻底，往往就造成了蛀牙的发生。当幼儿的牙齿有了龋坏的话，通常会感觉到牙齿上面有一个大的洞，此时家长要做的第一件事就要带他去看医生，由医生进行细致检查，观察牙齿龋坏的程度。

首先，医生会检查一下这颗牙是乳牙还是恒牙，有些家长认为反正孩子会换牙，所以乳牙蛀牙没什么大不了。但这其实是一种错误观念，其实乳牙扮演着空间维持器的功能，如果乳牙蛀牙不治疗，会影响小朋友咀嚼和营养吸收，以及影响外观和发音，甚至会影响到恒牙。而且家长还需要注意，小时候宝宝若乳牙发生了蛀牙，长大后发生蛀牙的概率也较高，因此一定要做好牙齿保健。

如果这颗牙是恒牙，并且龋坏程度已经较为严重，那我们要做的就是根管治疗，然后做一个牙冠把这个牙套住。如果龋坏程度还不深，且神经还没有出现症状时，做一下简单的补牙治疗就可以了。发生蛀牙若没有及时处理，蛀牙的深度和痛感是会急剧增加的，不但影响到小朋友的咀嚼的能力，也可能导致小朋友成长阶段的营养补充不足。

目前有效预防蛀牙方法就是涂氟，半年一次，可抑制细菌生长，强化牙齿抗酸力。蛀牙的早期会有脱钙的情况，只要小朋友牙齿还没有产生凹洞，只是变苍白、变脱钙，此时牙齿本身还有一些氟，它会让牙齿再钙化，让牙齿的表面发珐琅质变尖硬，从而预防蛀牙。

更重要的预防方式是刷牙，虽然小朋友的手部肌肉协调度与灵活度尚未完全发展成熟，但良好的口腔清洁习惯养成却不可疏忽，这一观念的形成需要父母对牙齿及口腔健康的

了解与重视。小朋友一般是在六个月左右就开始长牙了，这时候就可以帮他们刷牙。与成年人的刷牙方式（先横刷再直刷）不同，小朋友的刷牙基本上只要横刷就够了。最简单的方式就是早晚用氟化物的牙膏来进行刷牙，如果小孩在三岁以前，我们使用牙膏的含量大概是一颗米粒的大小，三岁以上的使用牙膏量大概是一颗豌豆的大小。

刷牙也不是说刷的多次或刷的用力就能起到最佳的效果，主要还是刷对地方比较重要。儿童力道不均且牙齿较小，务必选择小头的软毛牙刷。同时，由于牙刷并不能刷到缝隙处，牙缝也是常滋生牙菌斑的死角，因此有必要配合牙线使用。通过牙线的清洁，更能够有效的降低牙缝间的蛀牙率。

牙线的长度一般是手臂的长度，然后请家长轻轻的卷在中指的位置，用大拇指跟食指轻轻的在牙线上做调整。使用的时候轻轻将食指放到两颗牙齿连接面，垂直牙缝轻轻的往下滑下去，尽量不要压迫到牙龈。然后往后贴在牙面上，做刮除的动作。使用过的这一段牙线可以卷动，在清洁下一个齿缝时确保使用的是一段干净的牙线。再放一次牙缝，再往前、往上刮，尽量一个牙缝要清洁两次。

甜食与零食对蛀牙的发生具有重要影响，应以集中食用为原则，少吃精制食物，吃完后立即清洁以维持健康口腔，培养儿童正确食用甜点零食的观念，将有助于预防蛀牙。还有一些小朋友睡觉时习惯含着奶嘴睡觉，这也会导致蛀牙的发生。睡前有喝奶的习惯，即使刷了牙也会容易产生蛀牙。蔬菜摄取过少也是造成蛀牙的一大原因，因为蔬果含有丰富的维生素，有利于益生菌生长。多吃蔬果，可以让口内菌种多元化，从而抑制蛀牙的生长。平日里，家长可以适当给孩子吃一些偏硬的食物，食物过软会导致牙床生长畸形、口腔肌肉发育不足以及未来恒牙生长歪斜等情况。

（上接第 87 页）

其越来越多地被应用于急性肾损伤的检查当中。在老年脓毒症患者急性肾损伤的早期诊断中，采用超声诊断技术来观测患者的肾脏血流动力学指标，可以及时发现其肾脏受损情况，同时还有助于了解其生理结构变化，从而做出更准确的诊断。在超声检查中，肾叶间动脉阻力指数可以呈现出肾脏的血流灌注情况，从而反映出肾内血管弹性的改变及其小血管内的血流量变化，继而反映出肾小动脉血流的变化。本组研究结果显示：急性肾损伤组患者第一天和第七天的肾叶间动脉阻力指数均显著高于非急性肾损伤组患者，数据差异具有统计学意义（ $P < 0.05$ ）；急性肾损伤组患者第七天的血肌酐水平显著高于非急性肾损伤组患者，且较第一天有显著上升，数据差异具有统计学意义（ $P < 0.05$ ）。可以得出结论：采

用超声早期诊断老年脓毒症患者急性肾损伤准确性较高，值得在临床上推广应用。但本研究样本量小，尚有待进一步的大规模多中心研究来证实。

参考文献：

- [1] 陈九军. 老年脓毒症患者急性肾损伤的超声早期诊断评价[J]. 中华医院感染学杂志, 2021, 13:3253-3254+3257.
- [2] 葛肖艳, 曾艾, 张伟, 成静, 芦桂林. 重症全身性感染患者急性肾损害超声早期诊断的临床评价[J]. 中华医院感染学杂志, 2020, 08:1712-1714.
- [3] 陈君耀, 谢志刚, 易惠明. 重症全身性感染患者急性肾损害超声早期诊断的意义[J]. 中华医院感染学杂志, 2021, 24:6134-6135+6138.