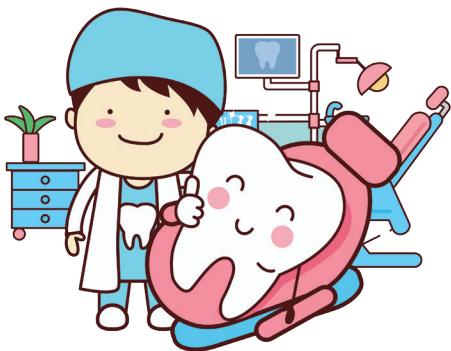


关于牙齿，这十件事你知道吗？

文 | 冯兴梅



【提问】

虽然很多人早已重视起牙齿的健康，但还有一部分粗心大意的人由于忙于应付快节奏的工作与生活而忽略了对牙齿健康的关注。听说有十个问题得格外注意，到底是什么呢？

【回答】

牙齿一共有多少颗？

一个人一生有两副牙齿，第一副乳牙 20 颗，第二副恒牙 28-32 颗，真正行使功能的牙齿有 28 颗，它们上下左右是对称的，另外 4 颗为智齿，有人长有人不长，无论长其中几颗都是正常的。

乳牙为什么迟迟不掉？

先天没有替换的恒牙，或者没有长在乳牙的下方，乳牙根得不到压迫刺激，不发生吸收，就不容易掉。

还有可能是恒牙胚的损伤或坏死，这常由乳牙外伤或乳牙疾病而继发的牙根周围感染导致。

现在小朋友吃的东西比较精细，乳牙缺少刺激，更加不易掉。最后也不排除由一些全身性疾病引起，如佝偻病，侏儒症等引起。

为什么早上刷牙老是出血？

常见原因是菌斑、牙石的局部刺激，引起牙周组织炎症。这就提示您要洗牙了。一些过敏体质的人，接触过敏原时，引发过敏反应，波及牙龈时，牙龈红肿，也极易出血。同时还要考虑内分泌的改变和全身性疾病，比如血液系统疾病，糖尿病等。

牙齿为什么会发黄？

正常牙齿本身也不是洁白的，真正的健康的牙齿颜色是淡黄色。牙齿是有牙釉质、牙本质和牙髓构成，牙釉质呈半透明色，而牙本质是呈淡黄色，所以牙齿的正常颜色应该是淡黄色的。

不过，当体内钙流失时，牙齿的坚硬大大降低，对食物的吸收力更强，从而造成色素沉着，牙齿变黄。

多久洗一次牙合适？

口腔卫生较好的人，大约一年清洁一次，卫生较差的，半年就要洗牙了。有牙周病的人，在牙周病未受控制阶段，三个月洗一次牙对控制病情有帮助。

牙结石长期不清除，会不断刺激牙龈，使其萎缩，导致牙齿松动，当牙结石还在时感觉不明显，当洗牙后牙结石被清理掉、牙龈肿胀和炎症消退，松动就会变明显，所以并不是洗牙把牙齿洗松了，相反，不洗牙反而会更松。

什么是种植牙？

将与人体骨质兼容性高的纯钛金属精密设计，制造成类似牙根的形状，通过外科小手术的方式植入缺牙区的牙槽骨内，经过 1 ~ 3 个月后，等“人工牙根”与牙槽骨密合后，在人工牙根上制作烤瓷牙冠。