

<<影响孩子一生的爱牙护牙习惯>>

图书基本信息

书名：<<影响孩子一生的爱牙护牙习惯>>

13位ISBN编号：9787504855640

10位ISBN编号：7504855642

出版时间：2012-5

出版时间：农村读物出版社

作者：韩永成 编

页数：124

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<影响孩子一生的爱牙护牙习惯>>

内容概要

《影响孩子一生的爱牙护牙习惯》是北京市科委科普专项经费资助的青少年科普读物。从日常生活中收集了许多儿童牙齿和口腔问题实际案例，以生动形象的语言和插图，使孩子们了解牙齿的组织结构、牙齿的名称、牙齿的构成、长牙时的表现和先后顺序、牙齿替换规律，以及常用的刷牙方法、细嚼慢咽对牙齿的好处、牙病的特征、牙为什么会变“黑”等爱牙护牙方法。

<<影响孩子一生的爱牙护牙习惯>>

作者简介

韩永成，主任医师，首都医科大学附属北京口腔医院预防科主任，北京市牙病防治办公室主任。兼中华口腔医学会预防专业委员会委员，中华预防医学会口腔保健专业委员会委员，北京口腔医学会理事、口腔预防专业委员会副主任委员、北京健康教育协会口腔分会副主任委员等。承担卫生部、北京市科委、首都医学发展基金等多项课题，荣获北京市科学技术普及工作先进个人、全国百名口腔健康卫士、为群众健康服务的党员之星和北京市卫生系统先进个人等荣誉称号。

<<影响孩子一生的爱牙护牙习惯>>

书籍目录

- 前言 第一篇 爱护牙齿从了解口腔开始 1.人有多少颗牙齿？
2.牙齿有哪些名字？
3.牙齿的结构是什么样的？
4.牙齿能做什么？
5.乳牙什么时候长出，什么时候脱落？
6.恒牙在什么时候长出？
7.牙齿长出有规律吗？
8.什么时候开始换牙？
9.怎么区分乳牙和恒牙？
10.什么叫“六龄齿”？
11.什么是牙周，牙周组织中包括什么？
12.正常的牙龈是什么样的？
13.什么样的口腔是健康的？
14.为什么口腔有问题会影响全身的健康？
第二篇 关爱我们的口腔 15.什么是牙菌斑？
16.牙菌斑对口腔有哪些危害？
17.哪种牙刷是好牙刷？
18.牙膏里面含有什么？
19.怎样挑选牙膏？
20.为什么含氟牙膏能预防龋齿（蛀牙）？
21.含氟牙膏安全吗？
22.什么是适合儿童的刷牙法，怎样刷牙才正确？
23.每天要刷几次牙，每次需要多长时间？
24.口腔里哪些地方不容易刷干净？
25.怎么知道牙齿是不是刷干净了？
26.为什么睡前刷牙更重要？
27.为什么饭后要漱口？
28.怎样使用漱口水？
29.漱口可以代替刷牙吗？
30.吃口香糖就可以不刷牙了吗？
31.牙线有什么用？
32.使用牙线要注意什么？
33.医生检查口腔时一般需要查什么？
34.为什么培养儿童正确的口腔卫生习惯很重要？
第三篇 龋齿的发生与防治 35.什么是龋齿？
36.龋齿（“蛀牙”）是怎么形成的？
37.龋齿会传染吗？
38.不吃糖就不会长龋齿了吧？
39.经常吃哪些食物容易长龋齿，吃哪些食物不易长龋齿？
40.每天刷牙就不会长龋齿了吧？
41.为什么每天刷两次牙还会长龋齿？
42.牙齿哪些部位容易发生龋坏？
43.什么叫窝沟龋？
44.为什么预防恒牙龋齿要从小做起？
45.为什么要对“六龄齿”进行特殊保护？

<<影响孩子一生的爱牙护牙习惯>>

- 46.怎样预防龋病？
- 47.什么是窝沟封闭？
- 48.哪些儿童需要做窝沟封闭？
- 49.氟化物为什么能预防龋病？
- 50.怎样用氟化物预防龋病？
- 51.局部用氟的方法有哪些？
- 52.什么是含氟涂料？
- 53.什么是氟化泡沫？
- 54.为什么一旦发现龋齿要尽早治疗？
- 55.怎样治疗早期恒牙龋齿？
- 对年轻恒牙龋齿治疗目的是什么？
- 56.龋齿能一次补好吗？
- 57.牙齿变黑肯定是龋齿吗？
- 58.补牙前医生为什么要先在牙齿上钻个小洞洞？
- 59.给龋齿磨完小洞后为什么变成了大洞？
- 60.补牙一般用什么材料？
- 61.补牙后要注意什么？
- 62.补过的牙为什么还会痛？
- 63.为什么有的牙补过后还会坏？
- 64.补过的牙能用多长时间？
- 65.为什么牙痛起来那么难受？
- 66.止痛药为什么对牙髓炎不起作用？
- 67.什么是牙齿的根管？
- 68.根管治疗是怎么回事？
- 69.根管治疗时为什么要反复拍X线片？
- 70.根管治疗一次能完成吗？
- 71.为什么不痛的牙有时候也需要杀神经？
- 72.进行根管治疗后牙齿会受到损害吗？
- 73.根管治疗后的牙齿还能正常吃东西吗？
- 74.根管治疗很疼吗？
- 75.为什么原来不疼的牙齿杀神经后反而疼了？
- 76.做完根管治疗的牙可以不做冠吗？
- 77.根管治疗后多长时间后可以做牙冠？
- 78.为什么有的牙做完根管治疗后还会感觉不舒服？
- 79.什么是牙齿畸形中央尖？
- 第四篇 牙周疾病的防治
- 80.牙龈出血是牙周疾病的早期表现吗？
- 81.牙结石有什么危害？
- 82.怎么防治青春期牙龈炎？
- 83.为什么儿童也要定期去洗牙？
- 84.为什么认真刷牙不能代替洗牙？
- 85.为什么洗牙一定要去正规的医院？
- 86.什么是口臭，口臭是什么原因引起的？
- 87.控制口臭发生的最好办法是什么？
- 第五篇 牙列不齐的防治
- 88.为什么会发生“地包天”，乳牙错 畸形是怎么回事？
- 89.牙齿错 畸形与遗传有关吗？
- 90.哪些不良习惯会导致错 畸形？
- 91.怎样戒除儿童不良口腔习惯？

<<影响孩子一生的爱牙护牙习惯>>

92. 替牙期前牙出现间隙怎么办？
 93. “丑小鸭”也会变为“白天鹅”？
 94. 发生轻度牙列不齐时要不要治疗？
 95. 牙齿矫正是怎么回事？
 96. 矫治器有哪些种类？
 97. 什么时候是牙齿最佳的矫正时机？
 98. 矫正治疗前需做好哪些心理准备？
 99. 照X光片对身体健康有哪些影响？
 100. 做矫正治疗为什么要拔牙？
 101. 为什么要在颌骨上“打钉子”？
 102. 矫治过程中出现牙齿轻微动摇正常吗？
 103. 正畸治疗时间的长短由什么来决定？
 104. 为什么给孩子矫正离不开家长的监督与呵护？
 105. 矫正治疗对日常生活有什么影响？
 106. 矫治牙齿期间还能参加户外运动和吹奏乐器吗？
 107. 牙齿矫正期间不能吃、喝哪些食物和饮料？
 108. 矫治器什么时候可以拆除？
 109. 怎样佩戴保持器可以防止复发？
 110. 正畸治疗中为什么要警惕釉白斑、龋齿和牙周病？
 111. 戴牙套是流行时尚和重视牙齿保健的表现吗？
- 第六篇 牙齿外伤防治
112. 牙齿外伤后怎样处理？
 113. 牙齿外伤有几类，处理方法有哪些？
 114. 为什么摔掉的牙齿不能丢？
 115. 外伤牙变色为什么要尽早做治疗？
 116. 牙齿外伤后为什么要定期复查？
 117. 怎样预防发生牙外伤？

<<影响孩子一生的爱牙护牙习惯>>

章节摘录

版权页：插图：46.怎样预防龋病？

(1) 保持口腔卫生 防龋最重要的环节，也是最简易的自我保健方法，就是刷牙和漱口。

刷牙要使用保健牙刷，采用正确的刷牙方法。

做到早、晚各刷一次，并配合牙线、牙间刷的使用。

吃饭后、饮茶或咖啡及食用甜食后，如果没有刷牙的条件，养成用清水漱口的习惯。

(2) 增强牙齿的抗龋性 主要是通过氟化物的应用，增加牙齿中的氟元素，可以改变牙釉质表面结构，增强抗龋性。

使用效果较好的方法有：自来水氟化、含氟牙膏刷牙、牙面涂氟、氟溶液漱口等。

(3) 减少糖摄入及吃糖次数 控制食糖的频率及吃糖之后及时清洁口腔，可减少糖在口腔中的滞留时间。

家长应教育儿童养成少吃零食和糖果糕点、睡前不吃糖的习惯；从幼儿起就多吃蔬菜、水果和含钙、磷、维生素等多的食物，尽可能多吃一些粗粮。

(4) 加强特殊人群的抵抗力 如孕期的妇女，由于口腔环境的改变，更应该注意口腔保健，加强口腔卫生，注意营养及全身健康；正确喂养婴幼儿，注意及时补钙，以促进乳牙正常萌出及恒牙正常发育及钙化；儿童及青少年，在乳牙替换期及恒牙萌出时期合理使用氟化物，如含氟牙膏、氟化泡沫等，及时进行窝沟封闭，建立合理饮食习惯，增强儿童咀嚼能力，养成良好的口腔卫生保健习惯。

<<影响孩子一生的爱牙护牙习惯>>

编辑推荐

编写《影响孩子一生的爱牙护牙习惯》的目的就是要告诉广大青少年，如何保护你们的牙齿，让你们笑得更加自信、更加阳光、更加灿烂。

青少年时代是人一生中最阳光、最充满活力的时期，阳光般灿烂的笑容伴随着孩子们每一天的生活。但有的孩子却因为拥挤的牙齿、肿胀的牙龈、黑黑的龋洞让他们不好意思张开嘴大笑，也由此带来了无限的烦恼。

<<影响孩子一生的爱牙护牙习惯>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>