

<<眼睛保健手册>>

图书基本信息

书名：<<眼睛保健手册>>

13位ISBN编号：9787510100482

10位ISBN编号：7510100488

出版时间：2010-1

出版时间：蔡鸣 中国人口出版社 (2010-01出版)

作者：蔡鸣

页数：90

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>

## <<眼睛保健手册>>

### 内容概要

《全民保健系列丛书：眼睛保健手册》介绍：如何注意用眼卫生、如何吃出明亮的眼睛、为什么要给幼儿检查视力、经常用电脑如何保护眼睛、近视发生的信号有哪些、假性近视如何手疗、老花眼如何自我保养、如何早期发现青光眼、青光眼患者有何食物禁忌、异物迷了眼睛怎么办、老年白内障患者如何调养、眼外伤如何家庭急救。

## 书籍目录

第一章 口腔保健养生 1 怎样才算是口腔健康2 如何刷牙保健康3 横刷牙有什么危害4 牙齿为什么会出现楔状缺损5 如何防止牙菌斑的形成8 运舌有什么好处7 鼓漱有什么好处8 叩齿有什么好处9 为什么不能长期用漱口水代替刷牙10 如何预防牙齿敏感症11 如何及早防治牙隐裂12 口腔内出现瘻管为什么要及时就医13 吸烟对口腔健康有什么危害14 吃东西为什么会塞牙15 如何正确使用牙签16 洗牙后为什么做牙面磨光17 牙齿磨损的原因有哪些18 引起牙齿变色的原因有哪些19 为什么要重视孕妇的口腔保健20 为什么要重视小儿口腔保健21 老年人的牙齿应怎样保护第二章 儿童牙病的防治22.牙齿是如何萌出和替换的23.为什么保护乳牙很重要24.乳牙滞留与恒牙晚出的原因是什么25.乳牙到替换年龄不掉怎么办26.儿童出牙、换牙时家长应注意什么27.如何保护好六龄齿28.为什么“马牙子”不要擦29.什么是釉质发育不全30.什么是氟牙症31.如何正确应用氟化物32.怎样注意新生儿的口腔卫生33.儿童不会刷牙时怎样注意口腔卫生34.为什么要尽早培养幼儿的口腔卫生习惯35.儿童多吃零食对牙齿有什么影响36.什么是儿童牙齿外伤37.儿童牙齿外伤如何家庭护理第三章 龋齿的防治38.什么是龋齿39.龋齿会不会遗传40.幼儿龋齿是否与喂养习惯有关41.乳牙龋齿有哪些危害42.为什么吃糖易造成龋齿43.为什么常吃甜食易患龋齿44.为什么常喝饮料会引起龋齿45.为什么口腔干燥易造成龋齿46.如何自我检查龋齿47.如何根据不同情况治疗龋齿48.如何配合医生治疗龋齿49.补牙后为什么还会牙痛50.乳牙龋齿也要补吗.....第四章 牙髓病的防治第五章 牙周病的防治第六章 牙颌畸形的防治第七章 缺牙的防治第八章 口腔黏膜与颌面疾病的防治

## 章节摘录

版权页：插图：世界卫生组织于1981年制订的口腔健康标准是：“牙齿清洁、无龋洞、无疼痛感，牙龈颜色正常、无出血现象。

”口腔健康就是整个口腔包括软组织，如黏膜、肌肉等和硬组织，如骨、牙等的结构与功能正常，没有疾病，口腔及其组织处于最佳功能状态。

完整的口腔功能包括咀嚼、品味、吞咽、消化、语言交流、呼吸，以及表达一种令人愉悦的表情，所有这些因素实质上都有助于维护个人自尊及处理人际关系等能力的培养。

功能性牙齿的保留显然是维持这种状态的基础，高质量的修复体在维持充分的口腔卫生和良好状态上可作第二选择。

口腔疾病不但影响口腔功能，还舍对全身各系统的功能和心理健康产生一定的影响。

例如，牙列不齐、口臭等，会使患者觉得“不美”而不敢或不愿在公共场所活动，影响社会交往，造成心理压力，严重者会产生心理障碍。

另外，牙病可以作为原发病灶对全身健康产生危害。

如龋病、牙周炎、根尖周炎可以引起关节炎、心内膜炎、肾炎、虹膜睫状体炎、全身持续发热等。

牙病可诱发冠心病，并与男性不育症有关。

全身疾病在口腔中也会出现众多的症状，给口腔健康造成严重影响，如严重贫血引起舌痛、艾滋病患者发生口腔白念珠菌病等。

因此，健康的口腔不仅影响着人们的生活质量，更重要的是与全身系统的健康息息相关。

## <<眼睛保健手册>>

### 编辑推荐

《口腔保健手册》是全民保健系列丛书之一。

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>