

# 3岁以下婴幼儿不提倡使用牙膏

## 建议孩子5岁以前父母要帮助其刷牙

□ 张婷婷 星级记者 俞宝强/文 倪路/图

为何宝宝一出生就有牙齿？如何应对孩子牙外伤？牙釉质发育不全是怎么回事？宝宝应该从何时开始刷牙，选择哪种牙膏和牙刷，怎样帮助他们刷牙？5月31日上午9:30~10:30，本报健康热线0551-62623752，邀请了合肥市口腔医院儿童口腔科主任、副主任医师任重鸿与读者交流。



### 本期指导专家 任重鸿

中华口腔医学会儿童口腔专业委员会委员、卫生部安徽省儿童口腔综合干预项目专家技术指导组成员、安徽省口腔学会常务理事、合肥市口腔学会常务理事、合肥市预防医学会理事、合肥市预防医学会口腔疾病防治委员会常委。

长期从事儿童口腔常见疾病的治疗及预后评估工作，擅长牙外伤治疗、断牙再接术、牙外伤美容修复、牙齿发育时期早期错合畸形的咬合诱导、儿童前牙埋伏阻生牵引矫治等口腔疑难病治疗；前牙树脂冠、乳磨牙金属冠修复等婴幼儿龋的美容修复；青少年口腔发育性疾病治疗等。对于智障儿童及不配合患儿笑气镇静下的牙齿治疗有着丰富的临床经验。

### 别把“诞生牙”视为“异常”轻易拔掉

读者：为何宝宝一出生就有牙齿？

任重鸿：在一般情况下，新生婴儿的口腔里是看不到牙齿的，因为乳牙胚尚在牙槽骨里发育、生长和钙化着。到分娩时，乳前牙的牙冠才接近发育完全，而乳磨牙牙冠的形成要到出生后1周岁。较早完成发育的乳切牙，在出生后6个月才突破牙龈，随后其余乳牙相继萌出，约在2周岁时出齐。也有个别新生儿，刚出生就可见到有发育正常的乳前牙。其原因是这些牙胚在牙槽骨表层，紧靠牙龈粘膜，在分娩前完成了发育，并且在母体内已开始萌出，这在医学上叫做“先天性出龈牙齿”，又称“诞生牙”。这种牙的牙冠外形与正常萌出的乳牙完全一样，只要不影响吸奶就无妨，不要把这些牙视为“异常”而轻易地拔掉。

### 不要认为乳牙迟早会脱落而不去就诊

读者：如何应对孩子牙外伤？

任重鸿：乳牙外伤是仅次于龋齿造成乳牙缺损和缺失的第二大疾患。乳牙外伤常发生于1.5~2.5岁的幼儿，多为前牙，一般是由跌倒引起。外伤可能会使牙齿松动、折断

或脱落等。受伤后的牙齿能否保留，除与受伤程度有关外，往往还与处理方法正确与否、医治是否及时密切相关。

家长不要单纯从受伤牙是否完整来判断该不该就诊，不要认为乳牙迟早会脱落而不去就诊。因乳牙外伤可能影响恒牙的萌出和发育，应及时到正规医疗机构就诊。就诊时往往要拍摄X光片来观察外伤对乳牙牙根、恒牙牙胚及周围组织的影响。

### 3岁以下婴幼儿不提倡使用牙膏

读者：牙釉质发育不全是怎么回事？

任重鸿：在牙齿发育过程中，由于严重的全身疾病、营养障碍或局部感染等原因，引起造釉器的变性、坏死，给牙釉质的发育矿化形成障碍，造成牙釉质缺陷，这在医学上称为“牙釉质发育不全”。牙釉质发育不全是牙齿在颌骨内发育矿化期间留下的缺陷，待牙齿萌出后才被发现，并不反映孩子现在的健康状况。所以，此时再给孩子补充维生素A、D和钙，对发育不全的牙釉质已经不起作用了。因而，针对病因，早期预防是最重要的。从胚胎期至出生后7~8岁，要注意母婴营养和身体健康。

读者：宝宝的牙膏和牙刷应该如何选择？

任重鸿：大部分牙膏中含氟等物质，婴幼儿不能完全控制吞咽反射，或者不能理解应该吐出残留的牙膏，因此可能会吞咽部分牙膏，时间长了会对婴幼儿的身体造成伤害。故3岁以下婴幼儿不提倡使用牙膏，特别是含氟牙膏。牙刷毛应是柔软、圆头的尼龙丝，刷柄易于握持。刷头的大小和形状应适合幼儿的口腔，符合保健牙刷的标准。

### 孩子5岁以前父母要帮助其刷牙

读者：宝宝什么年龄开始刷牙？怎么刷？

任重鸿：什么年龄开始刷牙，是临床上家长问的最多的问题。一般来说，从长牙开始，就需要刷牙了。

当前牙刚萌出时，家长可用纱布蘸白开水，每天轻轻擦洗2次。当多颗牙萌出，应用带软毛的指套或软毛刷为孩子刷牙，并确保能够清洁上下颌所有的牙面，特别是咬合面和接近牙龈缘的部位。采取的体位是膝对膝的姿势。

在孩子牙齿完全萌出后，应用软毛的儿童牙刷采用“画圈法”为孩子刷牙。采取的体位是，让孩子仰卧，将头部枕在看护人膝盖上，看护人的一只手扶住孩子的头部，另一只手为孩子刷牙。这时孩子比以前更要强壮甚至可能会抵抗，家长可以采用膝对膝的方式，一人固定儿童手和脚，另一人为其刷牙。大些的孩子可以让他坐在小椅子上，斜靠在看护人身上刷牙。需要家长注意的是，2岁的孩子会想自己刷牙，父母应明白这个年龄段的孩子精细活动能力远未发育完成，不能胜任刷牙这样的精细活动，建议在孩子5岁以前父母要帮助其刷牙。

### 下期预告

## 带状疱疹会传染吗？ 今日上午，专家告诉你

带状疱疹是由水痘——带状疱疹病毒引起的急性感染性皮肤病。对此病毒无免疫力的儿童被感染后，发生水痘。带状疱疹有哪些症状？带状疱疹容易复发吗？带状疱疹会传染吗？带状疱疹如何治疗？今日上午9:30~10:30，本报健康热线0551-62623752，将邀请安徽中医药大学第二附属医院副主任医师朱才丰与读者交流。

朱才丰，男，医学博士，副主任医师，硕士生导师，安徽中医药大学第二附属医院急诊科主任，第五批全国名老中医学术经验继承人，安徽省“十二五”中医临床学术和技术带头人培养对象，国家重点专科老年病专科学术继承人，中国针灸学会穴位贴敷专业委员会理事，安徽省针灸学会理事，安徽省中医药学会急症专业委员会副主任委员，安徽省老年病专业委员会秘书，康复专业委员会委员，安徽省中西医结合学会脑心同治专业委员会委员。主持参与各类各项科研课题10余项，发表论文30余篇。对于急诊科常见疼痛类疾病的诊断治疗有一定经验。

王津森 星级记者 俞宝强

### 一周病情播报

## 吸烟危害健康 戒烟贵在坚持

我国目前吸烟人数超过3亿，每年有100多万人死于烟草相关疾病，超过因艾滋病、结核、交通事故以及自杀死亡人数的总和。吸烟引发的危害之大，引起世界各国广泛重视。2005年2月27日，《烟草控制框架公约》正式生效。它是由世界卫生组织主持达成的第一个具有法律效力的国际公共卫生条约，也是针对烟草的第一个世界范围多边协议。我国政府对烟草控制问题也日益重视，制定了《关于在公共交通工具及其等候室禁止吸烟的规定》等法律法规，广泛动员和鼓励各有关部门、社会团体及企事业单位积极参与控烟工作，以创建无烟医院、无烟学校、无烟政府机关为切入点，积极开展室内公共场所和工作场所禁止吸烟工作，减少烟草烟雾对公众健康的危害。

其实戒烟并不是一件非常困难的事，烟草成瘾的程度与酒精依赖相比就是小巫见大巫，但为什么戒烟成功率非常低呢？据合肥市第一人民医院戒烟门诊丁震主任分析说，关键就是没有意识到烟草带来危害的严重性，以及没有下定戒烟的决心，绝大多数吸烟者都没有严重的躯体依赖，依靠自己的决心与毅力完全可以做到成功戒烟。也就是说，戒烟关键是要戒除心理上对烟草的依赖，这种心理依赖导致吸烟者的一种行为依赖，使得吸烟者感到戒烟困难甚大，无形中增加了戒烟的难度。少部分有躯体依赖者需要借助药物帮助戒烟，市场上大部分戒烟产品是尼古丁制剂，还有部分处方药，但药物的使用可能有一定副作用，所以需要借助药物的戒烟者最好咨询专科医生，以选择合适的戒烟药物及治疗方案。

苏洁 星级记者 俞宝强

## 我省基层中医馆建设标准出台

昨日，市场星报、安徽财经网记者从省卫计委获悉，日前《安徽省基层中医馆建设基本标准（试行）》发布，标准对基层中医馆的设置、人员配备、服务能力、基本公共卫生服务中医药服务项目、中医药知识宣传及管理等方面提出具体建设要求。

根据《标准》，中医馆要设有中医诊室（2个以上）、中医特色康复治疗室、中药房和中药煎药室；要配备5种以上中医诊疗设备，3种以上中医康复治疗设备，300种以上中药饮片等。中医师要占医师总数20%以上，每个诊室至少配备1名中医类别执业医师。

在医疗服务中，中医馆要运用中医辨证论治处理基层常见病多发病，能开展6种以上中医药服务，使用不少于10项中医药适宜技术；中医门诊人次占门诊总人次的比例要达25%以上，中医处方占处方总数比例25%以上；对65岁以上老年人开展体质辨识服务，对0至36个月儿童开展中医调养服务，开展不少于3种慢性病患者健康管理服务。

根据规划，到2020年，全省共计划建设400个中医馆，基本实现社区全覆盖，提供规范化中医药服务。

曾琪 星级记者 俞宝强