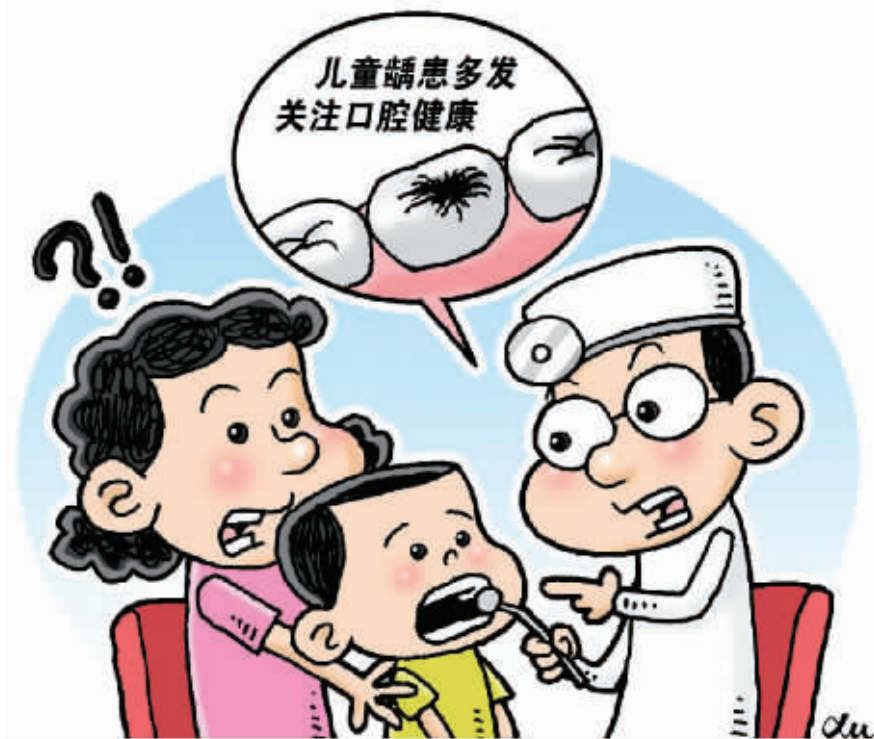


5岁儿童乳牙龋患率高达七成 专家:婴儿牙齿萌出即可开始定期涂氟



新华社图

►近期,多位医生在接诊中发现,儿童患龋齿的情况越来越多,儿童口腔健康不容乐观。专家提示,家长是孩子口腔健康的第一责任人,应尽早关注儿童口腔健康。
►国家卫生健康委办公厅印发的《健康口腔行动方案(2019-2025年)》(以下简称《方案》)提出,要进行全人群、全周期口腔健康管理优化行动,设定了到2025年12岁儿童龋患率控制在30%以内,成人每天2次刷牙率提升至45%,老年人存留牙数在24颗等5个针对可量化的具体指标。

专家:这种观点是错误的
家长:乳牙会掉,就算患龋也无需治疗

2017年发布的第四次全国口腔健康流行病学调查显示,我国12岁儿童恒牙龋患率为34.5%,比十年前上升了7.8个百分点。5岁儿童乳牙龋患率为70.9%,比十年前上升了5.8个百分点,儿童患龋情况已呈现上升态势。

“从出生开始,家长应为婴幼儿清洁口腔。”专家建议,婴儿出生之后,家长应每天用软纱布或软毛牙刷为孩子擦洗口腔。牙齿萌出后,可用纱布或软毛刷轻轻地为孩子擦洗口腔和牙齿。当多颗牙齿萌出后,家长可用指套刷或软毛刷为孩子每天刷牙2次,并确保清洁上下颌所有的牙面。在家长的辅助和监督下,儿童应完成每日至少两次的口腔护理。

专家说,如果儿童有吮指、咬下唇、吐舌、口呼吸等不良习惯,应尽早戒除,否则会造成上颌前突、牙弓狭窄、牙列拥挤等错颌畸形。如果不及时纠正不良习惯,后续的错颌畸形矫正治疗

将需要投入更多的精力和财力。

很多家长认为,因为乳牙会掉,就算患龋也无需治疗,专家表示,这种观点是错误的。

“龋病能引起孩子牙痛,牙龈、面部肿胀,甚至高热等全身症状。龋病长期得不到治疗或造成儿童偏侧咀嚼,双侧面部发育不对称,还会影响恒牙的正常发育和萌出。”专家建议,如果孩子患有龋齿,应尽快到正规口腔医疗机构就诊。

除了每天两次的口腔护理,儿童爱牙护牙还能做些什么?专家建议,为适龄儿童进行窝沟封闭,这是预防恒磨牙窝沟龋的最有效方法。其原理是用高分子材料把牙齿的窝沟填平,使牙面变得光滑易清洁,细菌不易存留,达到预防窝沟龋的作用。由医生检查后,确认符合适应证的牙齿就可以做。“但即使进行了窝沟封闭,仍然不能忽视每天认真刷牙。”

现状:儿童龋病流行状况上升
建议:早做检查和干预

据《第四次全国口腔健康流行病学调查报告》(以下简称《报告》)显示,我国5岁儿童乳牙龋患率为70.9%,比十年前上升了5.8个百分点。12岁儿童恒牙龋患率为34.5%,比十年前上升了7.8个百分点。农村高于城市,儿童患龋情况已呈现上升态势。

为应对不断恶化的儿童牙齿健康状况。《方案》指出,应充分发挥项目示范带动作用,推广卫生健康部门会同教育部门实施儿童口腔健康检查、窝沟封闭、局部用氟等口腔疾病干预模式。

涂氟和窝沟封闭,能有效预防龋齿的发生。氟具有多种作用的防龋机制,全口涂氟是通过全口牙齿局部涂布高浓度氟化物,从而预防儿童龋齿的发生和抑制龋齿的进展。美国儿科协会建议,婴儿牙齿萌出即可开始定期涂氟;根据孩子的患龋风险,建议每3~6个月进行一次全口涂氟。

2016年美国牙医学会发布了新版以循证为基础的窝沟封闭临床应用指南,提出:封闭剂可有效预防和阻止儿童和青少年乳/恒磨牙咬合面窝沟龋;对于未形成龋洞的咬合面龋坏(初期损害),封闭剂可最大程度延缓其进展。指南建议在儿童及青少年磨牙健全咬合面和非空洞龋坏咬合面使用窝沟封闭剂。但具体如何使用,还是要咨询医生。

现状:成人牙齿清洁程度差
建议:使用保健牙刷、含氟牙膏

据《第四次全国口腔健康流行病学调查报告》显示:我国成人每天两次刷牙率为36.1%,含氟牙膏使用率为61.0%。各年龄组女性每天两次刷牙率均高于男性,城市高于农村。

如此恶劣的牙齿清洁状况,导致我国成年人的牙周疾病发生率持续攀升,为应对这一现状,《方案》指出,中青年应以维护牙周健康为重点,推广使用保健牙刷、含氟牙膏、牙线等口腔保健用品,推动将口腔健康检查纳入常规体检项目,倡导定期接受口腔健康检查、预防性口腔洁治、早期治疗等口腔疾病防治服务。

专家表示,刷牙是保持口腔清洁的重要自我口腔保健方法,也是清除菌斑,预防龋病、牙周病发生发展的最主要手段。但刷牙的工具和方法不对直接影响牙齿清洁程度。成人推荐使用保健牙刷,并使用改良“巴氏刷牙法”刷牙。保健牙刷的特点是牙刷头不能太大,每根刷毛直径0.18~0.20毫米之间,回弹性好、吸水性差、耐磨性强,刷毛的顶端磨圆处理,刷柄便于抓握。此外,应使用牙线、牙间隙刷等清除牙齿邻面的菌斑。另外需要注意:每天至少刷牙两次,每次至少2分钟。

现状:老年人70岁以上人群缺牙及无牙状况严重
建议:防治牙周病、义齿修复

世界卫生组织的老年人口腔健康目标——“8020”,即80岁的老人至少应有20颗不松动的“功能牙”,但是在我国,老年人的牙齿养护现状不容乐观。据中华口腔医学会统计,我国45岁以上中老年人79%存在缺牙,特别是70岁以上的老年人,许多都处在缺牙甚至无牙状况。牙齿缺失是中老年人身体健康的致命杀手,甚至会引发全身各种疾病。另外,老年人牙齿缺失,对记忆力也可能造成影响。美国肯塔基大学医学院的研究人员发现,牙齿脱落或牙齿很少(少于10颗)的人,患老年痴呆的几率较高。国外口腔专家对全球1万名中老年人跟踪研究的结果触目惊心:缺牙者平均寿命比牙齿健全者短10~20年。

为了改善老年人牙周健康状况,《方案》指出,倡导老年人关注口腔健康与全身健康的关系,对高血压、糖尿病等老年慢性病患者,加强口腔健康管理,积极开展龋病、牙周疾病和口腔黏膜疾病防治、义齿修复等服务。

专家表示,老年人牙缺失的主要病因就是牙周炎,而引发牙周炎的原因是口腔清洁不到位,有牙龈出血也不重视,不及时就医。据介绍,缺牙后的老人生活质量会受到严重影响,会造成咀嚼功能下降,可以咀嚼的食物种类越来越少,进食的时间也越来越长。另外,咀嚼食物的程度不够,有可能会影响胃肠功能。所以,一旦发生坏牙,需到医院拔牙,拔牙三月后才能再镶牙,但也有即刻种植的情况。此外,如果是自动掉牙,也需到医院检查,根据具体情况决定能否镶牙与何时镶牙。

由于老年人口腔解剖的特殊性,口腔疾病发展变化速度快,自我修复能力弱,更应定期检查。如果发现口腔内残留有牙根,且经常肿痛应尽早拔除,牙过度磨损形成的锐利牙尖等也要及时磨除。

综合新华网、保健时报