

本报小记者走进市口腔医院

穿上白大褂变身超萌“小小牙医”

□记者 洪为亮/文 张一轩/图

你知道正确的刷牙方式吗？自己的口腔情况如何？平时该怎么保护牙齿？8月4日下午，盐城晚报组织了20多名小记者走进盐城市口腔医院，现场学习爱牙护牙健康知识，还穿上白大褂变身“小小牙医”，在医生的指导下为同伴检查牙齿，进一步懂得牙齿保护的重要性。



听科普讲座 学口腔保健知识

“小记者们，你们知道什么动物的牙齿最多？乳牙、恒牙各有多少颗？乳牙与恒牙哪个更白？”盐城市口腔医院儿童口腔科张琰主任的开场提问，让小记者们一下子兴奋起来，纷纷举手抢答。

随后，张主任用图文并茂的视频教学方式，从口腔知识、牙齿的保健、牙医的工作内容及怎样保护牙齿等方面，对小记者们进行口腔保健知识普及。“同学们，蛀牙里面是不是真的有虫？”“怎么刷牙才更健康呢？”讲解中张主任结合漫画、图片、视频，用幽默诙谐的语言为同学们讲解了龋齿的预防、换牙的注意事项、不良口腔习惯的纠正、牙齿外伤的处理等小知识。小记者们听后表示，一定要养成爱牙护牙的良好习惯，从今天开始，认认真真、仔仔细细地刷牙。

张琰说：“小记者们大多数处在7至12岁这样一个由乳牙换至恒牙的换牙关键期，如果不注意口腔卫生和做定期口腔检查，极易出现龋齿、乳牙滞留、乳牙早失等牙病，进而引起牙齿缺失、牙列不齐、牙齿拥挤、咬合畸形等问题的发生。”所以她提醒广大家长，尽管越来越多的家庭开始重视口腔问题，但近年来青少年儿童患牙病的概率呈现出急剧攀升、年龄趋小化的严峻态势。广大家长：一方面要着力培养孩子们养成良好的口腔卫生习惯，尤其要掌握正确刷牙的方式；另一方面要尽量少让孩子们摄入高糖高淀粉的食物，例如糖果、冰激凌、碳酸饮料等。最重要的还是要每半年去做一次口腔检查，通过牙科医生和专业的设施设备，及早发现牙病，及时治疗，达到保护牙齿的目的。

穿上白大褂 变身“小小牙医”

最让小记者们开心的一项有趣的体验环节开始了,只见医院工作人员拿来小号白大褂和帽子,让小记者们一个个穿上,顿时,小记者们变身超萌“小小牙医”!

“一次性口腔器械盒内含口镜、牙探针、牙用镊、脱脂棉球、检查手套、吸唾管、医用检查垫、水枪头等8种医疗器械……”医生为小记者们发放了一次性口腔器械盒，并教他们认识器械和使用方法。在医生的指导下，“小小牙医”亲自上手，互相检查牙齿，甚至在一些小伙伴嘴里找到了龋齿，并指给大家看，真是太有趣了！

“你的牙齿已经长歪了，硬的东西不要吃多。”

了。”“你的牙齿有黑点,是不是糖吃多了?”体验环节小记者们分为多组,分别扮演小小牙医和小小患者。大家争先恐后,跃跃欲试,在医生的指导下有模有样地为同伴检查口腔,并指出问题,还提醒其要爱护牙齿。

小记者许愿感慨地说：“通过互相检查牙齿，才知道口腔里关于牙齿的许多知识。明白了原来虫牙并不是牙齿里面有虫，而是细菌。一旦牙齿没保护好，发生蛀牙龋齿，会有许多害处！”她表示回去后不仅要坚持天天刷牙，还要将学到的护牙知识告诉爸爸妈妈及同学，让大家都养成爱护牙齿的好习惯。

 刷牙大比拼 争当护牙小卫士

“牙齿和牙刷之间应该呈45度角，轻轻地放置在牙龈和牙齿之间，然后旋转着刷牙，刷的时候力度要轻柔，确保每个地方都能刷到，同时还要记得轻轻刷一下舌苔。”随后，医生拿出假牙模具，现场为同学们演示了正确刷牙的方法，告诉小记者们，养成早晚刷牙的好习惯才能有效预防蛀牙发生。

牛奶，养成勤刷牙的好习惯，争当爱牙护牙的小卫士。”

张琰告诉记者，龋齿是儿童最大的口腔问题，“超过80%的孩子都有不同程度的龋齿，3至6岁时，涂氟是最好的预防方法，6至9岁时，窝沟封闭是预防良方。”很多家长认为孩子的乳牙会换，可以不用治疗的，等换了新牙再好好保护即可，“这种观点是错误的，特别是学龄期儿童，正处于乳牙依次替换完毕的时期，此时的口腔保健关系到恒牙列的健康。建议其做到睡前不吃零食，不喝碳酸饮料，定期口腔检查，纠正咬笔杆、咬唇、单侧咀嚼等不良口腔习惯。乳牙和恒牙同样重要，需要家长和孩子共同爱护，有问题早发现、早诊断、早治疗”。



认真听讲座。



涂上刷牙比赛专用试剂。



怎样正确刷牙。



现场刷牙比赛。