

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,现场学习爱护牙齿健康知识,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。



我们拿奖啦。

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。小记者们听完后表示,一定要养成爱护牙齿的良好习惯,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。



认真听讲座。

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,硬的东西不要多吃多

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。



涂上刷牙比赛专用试剂。

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。

在讲过正确的刷牙方法后,医生还让小记者们进行了一次刷牙比赛,并在刷牙比赛后,分别为小记者们进行了牙齿检查、免费涂氟,还为一些口腔保护突出的小记者颁发了“护牙小勇士”“优秀小牙医”证书。姚佩辰小记者感叹地说:“今天的活动,让我第一次对牙齿有了全新的了解,不能多吃甜食,要多吃蔬菜、多喝

牛奶,养成勤刷牙的好习惯,争当爱护牙齿的小卫士。”

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”。



怎样正确刷牙。



现场刷牙比赛。