

## 第九章 特别人群的口腔护理

### 基本护理

在过去的几十年里尽管孩子们的口腔卫生得到改善，口腔疾病得到一些防治，但是可以预防的口腔疾病现在还是困扰着大部分人群。如果适当的预防方法得到实施，人类健康的全口牙齿就可以保持终身。针对这个目标，预防性方法应在人生早期开始延续贯穿生活始终。因此，口腔护理应扩展到特殊人群，包括孕妇、婴儿、学校里的孩子和成年人。事实上，所有的妇女在分娩的年龄（15-45岁）应该是一个护理对象。婴儿也应该是一个护理对象，护理婴儿实际上是由妈妈来做。通过护士、助产师培训母亲关于母婴之间口腔预防保健教育课。常常，爷爷奶奶照顾孩子，所以他们也应该是培训的对象。

健康教育对学校里面的孩子，社会各种人群——个体、家庭、学校、团体和国家都是有益处的。希望在学龄时期到成人时期进行口腔教育性项目能够激发孩子们对口腔健康的认识。老师这个职位比口腔专业人员更好传递口腔卫生教育给孩子们，他们能对孩子进行健康教育的环境胜过对口腔护理的探索。同样的，他们每一天都在影响着孩子，当孩子在建立价值观念时，老师的作用更具有意义，比如在尼泊尔，老师非常受尊敬，孩子们都听他们的话。

预防不应该局限于孩子和年轻人，也应该扩展到成年人。通过对社区进行教育培训。因此乡村卫生员或健康促进者在当地起到很重要的作用。

### 妊娠期妇女

#### 口腔卫生的变革和管理

- 牙周病的出现在所有的孕妇中占 50-100%。孕期肿块在孕妇中最多是 5%，一般牙齿的松动可能归于牙龈的问题。俗话说“每一次怀孕会掉一颗牙齿”和“牙齿会变软”，因为他们认为胎儿时期钙的供给需要母亲牙齿中的钙，其实这些都是基于误解。另外一方面，越来越多的原因是与牙周病、先天性疾病和心脏病有关系。因此，孕妇更加应该注意口腔卫生。
- 牙齿的腐烂很显著的原因是孕妇早晨的呕吐，尤其是头三个月。这几个月中每一次的妊娠反应之后都应该彻底用清水漱口。

- **龋齿**增加的原因趋向于孕妇在怀孕期间，没有在适当预防措施的情况下喜欢吃甜的食物造成的。因此，孕妇应该选择健康的食物，不仅对牙齿有好处，并且对发育中的孩子也有益处。

## 饮食的必要条件

- **钙和磷**：食物中富含的钙和磷是怀孕第四个月胎儿牙齿和骨骼发育所必需的矿物质，这种矿物质来源于妈妈的食物，必要时也来源于妈妈的骨骼。牛奶和奶制品像奶酪和酸奶都是钙和磷很好的来源。
- **叶酸**：叶酸、维生素 B 缺乏时与唇裂和腭裂有关系，绿色叶状蔬菜和小扁豆都富含叶酸。

## 不良习性

抽烟和喝酒会影响发育中的婴儿。

小孩子们暴露于危险的化学物质中，在吸烟的人群中（成为被动的吸烟者），变得容易患病，如咳嗽、肺炎、支气管炎和哮喘，因此，不良习惯要避免。

## 婴幼儿

### 存在的问题和管理

- **初生的牙齿**：如果初生的牙齿对新生儿有吸入性危险和影响妈妈喂奶就要拔除。
- **牙龈囊肿**：这些囊肿有时出生时就伴有，以后会消失，所以不用治疗。
- **出牙期**：(流涎，敏感，腹泻，食欲减退，牙龈肿胀及哭闹)  
孩子出牙时可以使用一个咬的橡皮环、橡皮奶头或者牙刷来减轻孩子的烦躁，同时也可以扑热息痛。另外一种方法是用冰块，小凉勺的背面或柠檬汁放在牙龈上减轻孩子烦躁。
- **脓疱**：通常不需要治疗，要告诉父母不要弄破，防止感染。
- **幼儿时期的蛀牙**：应该告诉妈妈避免使用有糖水的奶瓶作为孩子的安抚，不要让孩子单独吸奶瓶或把孩子放在床上吸奶瓶。经常给孩子吃饼干也是要避免的。
- **吸吮手指**：吸吮是婴儿一个很自然的反射，这个反射可以帮助嘴唇周围的颌骨和肌肉发育。但是，这个反射不应该持续到六岁以后，一般六岁是恒牙萌出的时间。经常吸吮手指可能会使前面的牙齿突出，不与正常牙齿在一条线上，会导致“兔牙”。
- **颅骨面部的畸形**：例如兔唇和腭裂（出生时可看到），需要及时修补，应引起重视。一般的兔唇修补在4-5个月，软腭的关闭在18个月以前，硬腭的关闭在5-6岁之间。父母在喂养孩子方面需要得到信心和帮助。
- **颌面部的外伤**：它是经常发生在意外的跌倒（孩子刚学爬的时候）或强制喂养孩子，导致系带撕裂。卫生保健人员应该及时发现，记录并报告病人及家属。  
跌倒可能造成嘴巴和牙齿的损伤。这种损伤必须用湿的纱布清创然后看伤口的大小，可能有以下几种情况：
  - 嘴唇和舌头的一般损伤
  - 牙齿裂成小碎片
  - 牙齿陷入牙龈或脱出牙龈
  - 牙齿完全脱落

如果婴儿的牙齿完全脱落，不用再将牙齿放入牙龈中。

## 学校里的孩子

学校的孩子是初学者，对新的事物很感兴趣。因此，不良口腔卫生的危险问题和可能出现的外伤情况。他们应该懂得一些健康常识、口腔卫生知识及危险性习惯。学习刷牙的方法，每天至少用一次含氟牙膏刷他们的牙齿。

口腔健康教育在第十章详细讲述。

## 中年人

### 存在的问题和管理

**牙周组织的问题：**手的灵巧程度减低会使得口腔卫生操作存在困难，容易在牙周方面出问题。对手不灵活的中老年人来说在普通牙刷的手柄上缠一块布，这样比较容易握住牙刷和容易清洁牙齿。

**根面蛀牙：**蛀牙在成年人主要表现的是蛀牙的再发生，牙颈部蛀牙的根面蛀牙，通常和所吃的食物改变有关系，以及缺乏对自己的护理，唾液的流动减少（麻药、抗抑郁症的副作用）。所有的这些处理后可做 ART。

**口腔癌：**口腔癌的流行趋势随年龄而增长，病情变化多数发生在 40 岁以上。除了吸烟和喝酒以外，牙齿的损害还跟较低的教育水平和很少定期检查牙齿有关。因此，卫生保健工作人员应该全面地调查有关成年人的每一个征兆标记。

**修复的问题：**鹅口疮是跟假牙的卫生有关系。因此，使用假牙的人应该在每次吃饭以后清洁假牙和每天晚上把假牙泡在水里。

在农村，修复的不合适假牙是一个严重问题。我们应该告诉病人，健康的牙列，仅前牙和小磨牙就能吃，笑和说话了。如果病人要求安假牙，假牙的安放必须正规，卡环放在哪颗牙齿，怎样放卡环都有要求。病人也应该知道，假牙的修复有两种方式：一种是可以取出的活动假牙。另一种是不可以取出的固定假牙。这两种不同的修复不能同时在一起。但在农村，这是常见的问题。活动假牙的卡环固定在健康的牙齿上，可以取出。但是卡环和牙齿之间的接触面容易患蛀牙。所以在刷牙，饭后要取出假牙，刷洗干净。另一种固定假牙，不能取下来，这种修复的安放必须牢固，不能放在不健康的真牙上（有蛀牙和牙周病）。还有固定不能有一点点的松动和空隙，这是因为细菌会进入，这样真牙很快被损害。