

关爱好园丁 留驻好师音

关注



本报9月20日讯(见习记者 樊伟宏 记者 焦健) 20日是全国爱牙日,由本报和淄博市中西医结合医院(市第八人民医院)联合举办的“关爱好园丁留驻好师音”爱心公益行动暨爱牙日特别活动在淄博市市直机关第一幼儿园举行,医护人员在为老师检查咽喉的同时,还免费为幼儿园的90余位小朋友进行了牙齿检查,记者从检查结果发现,2/3以上的儿童患有龋齿,部分儿童还患有反颌(兜齿)等其他症状。

◀ 口腔科宋乐军医生为小朋友们检查牙齿。
本报记者 姜文洁 摄

90名儿童2/3以上患有龋齿

碳酸饮料、糖果类零食成牙齿主要“杀手”

◆ 儿童零食成牙齿杀手

口腔科医生宋乐军表示,现在儿童龋齿的发病率很高,且呈上升的趋势。

据宋医生介绍,儿童经常吃糖和饮用碳酸类饮料,这些对牙齿都有很强的腐蚀作用。“症状轻一点的就

是牙齿疼痛,牙龈肿胀,重一点的会导致牙齿早掉,影响换牙。”

“现在的生活好了,吃的是白面,喝的是果汁,但长时间食用这些对孩子的成长反而有害无益。”口

腔科主治医师刘存津表示,家长们应该给孩子的饮食中适当添加一些粗粮或是稍硬的食品,尽量少饮用碳酸类饮料、食用糖果类零食;晚上喝酸奶、吃东西后,要及时清理牙齿。

◆ 刷牙方法多存不当

在检查过程中,刘医生向幼儿园老师们介绍了正确的刷牙方法和注意事项,不少老师听后表示,虽然一直以来幼儿园也会向学生教授刷牙的方法,但在听了刘医生的指导后,才意识到他们以前刷牙的方法是存有漏洞的。

据刘医生介绍,刷牙应

该是单向刷牙,不要上下牙同时刷,口腔的唇侧、舌侧和咬颌面都应该仔细清理,忌过于用力。在牙刷和刷毛的选择上,尽量选择中号的牙刷和中性硬度的刷毛,并且一定要保证刷牙工具的清洁。

“不正确的刷牙方式,会导致楔状缺损。”据

刘医生介绍,所谓楔状缺损,就是指牙颈部在某些因素长期作用下逐渐丧失,形成由两个光滑斜面组成的缺损,严重时甚至会将牙神经暴露在外表面。这样牙齿对外界的刺激会感受地更为敏感,也极易引发炎症或严重的疾病,需要及时治疗。

◆ 牙齿预防不可小视

“大部分牙齿问题产生都需要一个过程,这就为保健防护提供了平台,只要能够提前做好预防工作,就可以起到很好的缓解作用。”

宋医生说,“此次检查中,我们发现有的孩子存在轻度的反颌症状,这都是不良习惯造成的”。

刘医生建议说,无论是

儿童还是成人,尽量每年都去查一次牙齿,以前因牙齿问题进行过治疗的,最好每半年去正规医疗机构检查一次。



▲ 宋乐军医生与部分小朋友边玩游戏边教导正确的刷牙方法。 本报记者 姜文洁 摄

◆ 学校决定调整幼儿食谱

据幼儿园园长罗梅表示,通过医生的讲解,幼儿园将更新食谱,以更科学的方式调整孩子的饮食结构。

罗园长介绍,一直以

来,老师和家长对孩子的智力和身体发育都非常关注,总认为越名贵的东西对孩子越好,以至于陷入了误区,今后幼儿园将

对孩子的食谱进行调整,如适当加入粗粮,补充粗纤维,粗细搭配等,为孩子搭配出更为科学的饮食结构。