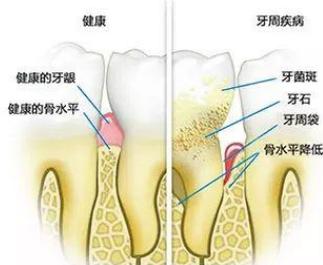




## 口腔健康测试，如果九题全中，请自觉去看牙！

U Dental Patient Information And Consent: Help You To Make Informed Decision

今天，给大家介绍一个口腔问题的自我检测方法。教你判断自己的牙齿是否还健康？



### 0 1 是否有蛀牙？

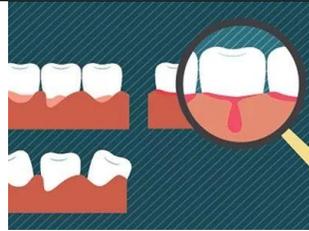
- 检查两个牙齿之间，或牙齿根部是否有变色（初期为浅褐色，透着亮）、破洞现象；
- 检查牙齿表面是否有小黑点。



如果发生以上情况，说明口腔环境已经不容乐观。

### 0 2 牙龈出血？

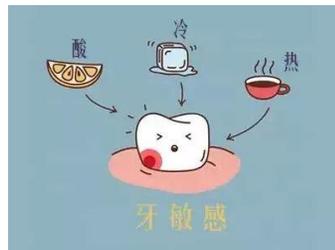
- 在刷牙漱口的时候，吐出来的泡沫或者牙刷上是否带有血迹？在吃苹果等水果时，食物上是否会有血迹？
- 照镜子看牙龈，如果有牙龈红肿、有脓，可判断有牙龈炎。



局部原因引起的牙龈出血，常见的是患牙龈炎和牙周炎病人。

### 0 3 牙齿敏感？

当牙齿受到冷、热、酸、甜和机械性作用（摩擦、咬硬物）的刺激时，会突然产生酸痛感觉，或一闪而过，或短暂持续，当刺激去除后，这种酸痛感就会消失。



成人牙齿敏感的最普遍原因是牙龈衰退导致牙根暴露。

### 0 4 牙齿发黄、发黑？

检查牙齿表面、咬合面、里面是否有发黄、发黑的现象。96%的成人和儿童都存在牙齿发黄、发黑的问题。



如果明显看到牙结石和牙渍，说明口腔清洁方面存在问题。

### 0 5 牙表面有无裂痕？

- 如果进食时，咬在某一特殊部位有剧烈疼痛（咬合痛）；
- 仔细对咀嚼不适的部位进行观察，发现浅黑或深棕色隐裂线，可能横贯牙的牙合面，也可能只在邻近边缘处查见；
- 隐裂部位咬棉签或触碰时常有痛感。



牙齿有裂缝，则极有可能出现牙隐裂。

### 0 6 口腔异味？

最简单的粗略测试方法：用舌头舔一下手臂，闭上嘴，闻刚刚舔过的部位是否有异味。



牙龈炎和牙周炎均可以导致口腔异味。

### 0 7 牙龈萎缩？

最典型的，莫过于“黑三角”。相邻牙齿外形最突点虽然接触在一起，可是相邻牙齿之间的牙龈并不能完全覆盖两个牙齿的邻接点之间的间隙到牙齿的牙颈部时，肉眼所能看到的一个三角形间隙，俗称“黑三角”。



如果你有其中任何一个问题  
说明牙齿在预警，它已处在“红灯”状态  
看牙必须得提上日程了！

牙周炎会导致牙龈萎缩、牙槽骨吸收，是导致“黑三角”形成的主要原因。

#### 08 是否有牙周炎？

牙周炎是成年人牙齿缺失的主要原因之一。如果牙齿有不同程度的松动以及咬合改变，牙龈肿胀，牙根暴露，持续性口臭，可判断已发展到牙周炎。



#### 09 是否牙痛？

牙痛则直接表明牙齿出了问题，提示你需要到口腔机构接受治疗。牙痛的原因很多，可能是牙龈炎、牙髓炎或牙周炎等。

