

## 幼儿严重蛀牙

1. 陈医生说：「董太太，妳儿子的蛀牙情况颇严重！」
2. 董太太说：「陈医生，我真的不明白他年纪这样小，牙齿已蛀成这个样子，而且是长一颗，蛀一颗，他还常常喊痛！我真的没办法。」
3. 陈医生说：「董太太，妳说妳孩子的牙齿长一颗，蛀一颗，由门牙先开始蛀，然后顺着出牙的次序影响大部分的牙齿，这正是幼儿严重蛀牙的特征。」
4. 董太太说：「甚么？幼儿严重蛀牙？」
5. 陈医生说：「是的！董太太，幼儿严重蛀牙普遍是由不良的饮食和餵哺习惯引起的。因为大部分食物都含有糖分，口腔内的细菌分解糖分而产生酸素，酸素会引致牙齿表层的矿物质流失而形成蛀牙。」
6. 董太太说：「我以为他吃得少，营养不够才会有蛀牙，所以就常常让他吃东西，希望他营养充足。」
7. 陈医生说：「如果妳的孩子整天都在吃，酸素就会不断产生。虽然唾液可以中和酸素，保护牙齿，但需要一段时间才能完成中和过程。如果孩子频密吃喝，口腔内便持续产生酸素，唾液便不能中和过多酸素，孩子的牙齿便容易蛀坏。  
此外，一些初为人母的妈妈，对照顾婴儿缺乏经验，往往为了不骚扰孩子睡觉，便让他含着盛有奶或有味道饮品的奶瓶入睡，这是造成幼儿严重蛀牙的另一个主因。」
8. 董太太说：「啊！想起来，我从前真的常常让孩子含着奶或有味道的饮品睡觉，难怪他的牙齿会变成这个样子。」
9. 陈医生说：「对了！妳从前的餵哺习惯跟妳孩子现在的饮食习惯都不正确，所以他的牙齿蛀得这么厉害。」
10. 董太太说：「我早点知道就好了，现在我还有一个刚出生的孩子，我该怎样避免他患上幼儿严重蛀牙呢？」
11. 陈医生说：「要预防其实很简单，妳只要留意三方面：

### 7 餵哺及饮食习惯

首先，不要让婴儿含着奶或有味道的饮品入睡。婴儿约九个月大时应开始戒除使用奶瓶的习惯，改用「戒奶杯」，并且每日定时进食6至8餐。孩子两岁后，每天只吃三餐分量足够的正餐，正餐与正餐之间有需要才给他吃一次茶点。两餐之间只喝清水解渴。

## **2 口腔卫生**

由婴儿出生开始，每天用纱布蘸些白开水替他抹口腔。门牙长出后，还要帮他抹牙齿，让他有每天清洁口腔的习惯。同时可尝试用软毛细头的牙刷帮他刷牙，暂时不需要使用牙膏。

孩子两岁之后，让他学习自己刷牙，如他懂得吐水，可让他用一粒青豆分量的含氟化物儿童牙膏，每天起床及晚上睡前都刷牙。由于幼儿的手部小肌肉尚在初步发展阶段，刷牙的技巧还未能完全掌握，为确保小朋友的牙齿刷得干净，家长须每晚替孩子补刷牙齿一次。

## **3 定期检查口腔**

孩子第一颗牙齿长出后六个月内或孩子一岁左右，妳应带他见牙科医生接受第一次口腔检查。牙科医生可及早为孩子提供预防牙患的指导。此后，每年应最少带孩子接受口腔检查一次。」

12. 董太太说：「陈医生，你解释得很详细，我明白应该怎样做了！」