

# 如何預防不良齒列



牙醫學系主任

張濟時教授

## 齒列的整齊是一生的幸福：

最近母親們對孩子齒列提高關心是值得興奮的事。但與歐美先進國家比較起來，尚未得到充分的進展。希望不久的將來我國兒童在張開嘴巴微笑的時候，都能露出整齊潔白的牙齒。

爲什麼我們要特別強調美好的齒列呢？除了外觀上給人悅目的感覺外。第一：美好的齒列在食物時能咀嚼得更完全，更細碎。假使兒童有良好的牙齒，在發育上有很大的益處，同時也是他一生健康的基礎。如果牙齒不好，無論吃多麼好的食物，也因咀嚼不全，不能充分吸收，所以在一生發育期中對食方面有很大的損失。第二、齒列的整齊會決定一個人的容貌。顏面由上顎，下顎組合而成。顎的大小，形狀，與牙齒的排列有很密切的關係。美的牙齒促成美的容貌。而容貌對就業考試，婚姻以及男女一生命運的幸福與否有很大的影響。

所以兒童的齒列是很重要的問題，要保護齒列不必花太多的錢，主見是母親們平時的注意與關口。等到齒列的損壞才來治療就比較困難，費用也較昂。所以父母們對愛兒齒列應加強關心。

## 不正齒列的原因：

齒列的不正原因由我們的研究觀察，不外乎是由於人們的無知與疏忽而引起。

一、遺傳的問題：齒列可以遺傳，在好的方面，壞的方面均可遺傳。良好齒列的男女結婚，所生的子女齒列也一定美好。這孩子如給予適當的保護，將是他一生的幸福，用不着去找牙醫師。

二、齶齒的問題：出生後健康的人，齒列一定好。先天性虛弱或常受疾病侵襲的孩子齒列一定不良。有下列兩種不正咬合。(一)下顎發育不良，供牙齒排列的空間太小，以致齒牙擁擠排列不整。(二)乳牙齶齒太多影響顎骨發育不全以及永久齒發育排列不好，常常受疾病侵襲的孩子長大後齒列一定不

良。因此齒的排列與顎骨發育有很密切的關係。正時容貌與齒列也有很密切的關係。在疾病當中最不可忽視的是齶齒。齶齒是引起齒列不整的最大敵人。因爲顎骨的發育與人的健康一樣運動發育愈好。有齶齒的牙因不能咀嚼，缺少運動使顎骨發育不全。面貌也因而改變，換句話說，齶齒愈多容貌愈醜。

三、鼻腔的疾病。鼻腔的疾病或扁桃腺炎不能用鼻腔充分呼吸，而用口呼吸。用口呼吸是引起上顎骨前突的主要原因。兒童在睡眠時頭向後仰自然使口張開而用口呼吸，這一點也應該注意。兒童睡眠時張開口，要知道他到底用口或鼻呼吸，可在鼻腔或口腔前放少量棉花，因呼吸時的輕微振動而決定。如果兒童用口呼吸要趕緊找耳鼻喉科醫生檢查是否有鼻腔的疾病。兒童一旦有以口呼吸的習慣要更改是很困難的，要找牙醫師作一特別的口罩蓋起來，並找耳鼻喉醫生治療鼻腔的疾病。

四、不良的習慣。兒童在餵奶時吃飽了仍將奶頭含在口內，太久了會引起齒列不整。還有小孩咬指頭。睡覺時將手枕在腮下等不良習慣，對牙及顎骨時常加以不正常的壓力也會引起要特別注意。還有乳齒太早拔掉，隔鄰牙齒傾斜了，使永久齒的生長排列不良。

## 與牙科醫生協力保持齒列的健全

治療咬合不正要愈早愈好，普通在二齒半列三齒就應開始接受牙醫師檢查。到十一、十二齒左右治療也還可以，太大了治療困難有必要時會同矯正專門醫生診治。一旦咬合不良發生了，治療期要長達一兩年，費用也多，所以預防要特別注意。在預防當中有齶齒即不能完全恢復應及早治療。所以兒童要時時訓練要刷牙的習慣，尤其在臨睡前。一年至少要兩三次到牙科醫生處檢查，發現疾病要早期治療。乳齒尤其要早期治療。總之齶齒與咬合不正的預防要努力，有努力的人才能得到最後的勝利。尤其牙科醫師與兒童本人及家庭更要密切的連繫，預防其齶齒及咬合不良促成兒童一生的幸福。