

# 为健康口腔 而自豪

定期去看口腔医生

维护口腔健康的最佳方法之一是定期看口腔医生，进行口腔检查和牙齿洁治。

大多数口腔疾病在很大程度上是可以预防的，并且可以在早期阶段进行治疗。维护良好的口腔健康对全身健康、幸福感和生活质量有积极的影响。

## 事实

龋病是全球最常见的疾病，是可以预防的。

## 口腔医生如何提供帮助？

口腔医生可以帮助维持口腔健康。定期检查可以让口腔医生检查您是否有任何口腔疾病，必要时提供治疗计划并清除堆积的牙菌斑，如果牙菌斑不加以控制，可能会导致龋病或牙周疾病。

通过与口腔医生合作，您还可以学习如何预防口腔疾病，并可能完全不需要治疗。

## 口腔医生会：

- 检查您的牙齿、牙龈和口腔；
- 建议您如何通过均衡、低糖饮食，不吸烟和限制饮酒来保持良好的口腔健康；
- 教育您如何通过良好的口腔卫生习惯保持口腔健康，包括如何正确刷牙和使用牙线；
- 提供任何必要的治疗；
- 讨论您下次看牙的日期；
- 与您一起维持口腔健康和全身健康。



## 口腔医生如何提供帮助？

**怀孕期间：**女性的激素水平变化会影响牙龈健康，会导致牙龈肿胀或压痛及出血。这种情况称为妊娠期牙龈炎。如果您有任何以上症状，请一定尽快去看口腔医生。如果不及时治疗，牙龈炎会发展为更严重的牙周病。

**儿童：**在长出第一颗牙齿后，一岁生日前，带您的孩子去看口腔医生。阅读《早期养成良好的口腔健康习惯》宣传页，了解有关如何保护孩子口腔的更多信息。

### 事实

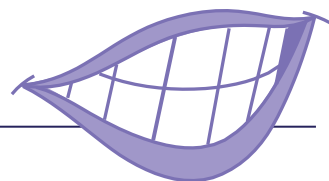
儿童没有及早接受口腔检查。当孩子口腔里长出第一颗牙齿时，会开始形成龋齿。



### 事实

口腔疾病影响近35亿人，经常导致疼痛、不适、社交孤立、缺乏自信、旷工旷课，并与其他严重的健康问题有关。

**老年人：**牙齿脱落、患牙周病和口腔癌的风险通常会增加，也会面临假牙佩戴困难和营养不良的问题。牙齿脱落而没有假牙，松动或过度使用的假牙可能会增加跌倒的风险，因为下颌关节有助于保持平衡。因此，随着年龄的增长，去看口腔医生尤为重要，尤其是在牙齿松动或假牙不再合适的情况下。



**关注口腔健康，  
一生拥有灿烂笑容**