

为何定期检查牙齿很重要

向患者解释定期前往牙科就诊的重要性，在患者就诊时会开展哪些项目以及在定期就诊的间隔期内患者应该如何做。

定期检查牙齿十分重要，因为这可以帮助确保您的牙齿和牙龈健康。您应当至少每 6 个月看一次牙医或遵从您的牙科专业医师的嘱咐定期前往牙科就诊。

前往牙科就诊时会开展哪些项目？

定期就诊的过程分为两部分 - 检查和洗牙（也称为洁治）。

在进行牙齿检查时，您的牙科专业医师会检查是否存在蛀牙。可能会利用 X 射线检测牙齿间的龋洞。该检查还包括牙齿上的牙菌斑和牙石检查。牙菌斑是一种粘性、透明的细菌层。如果不去除牙菌斑，它就会硬化并变成牙石。刷牙或使用牙线都无法去除牙石。如果牙菌斑和牙石在您的牙齿上沉积，就可能会引发口腔疾病。

接下来，牙医会检查您的牙龈。进行牙龈检查时，会借助专用工具测量您的牙齿与牙龈之间的缝隙的深度。如果牙龈健康，缝隙就很浅。当人们罹患牙龈疾病时，这些缝隙就会加深。

检查过程还包括仔细检查舌头、喉咙、面部、头部和颈部。进行这些检查项目的目的是寻找任何肿胀、发红等疾病前兆或癌症前兆。

就诊时，牙医还会清洗您的牙齿。在家中刷牙和使用牙线可以帮助清除牙齿上的牙菌斑，但您无法在家中去除牙石。在洗牙的过程中，您的牙科专业医师会使用专用工具去除牙石。这一过程称为**刮治**。

刮治完成后，可能会对您的牙齿进行抛光。在大多数情况下，会用到抛光膏。它可以帮助去除牙齿表面的任何污渍。最后一步是使用牙线洁牙。您的牙科专业医师会使用牙线来确保牙齿间的区域得到清洁。

在就诊以外的时间您应该如何做？

在定期就诊的间隔期内，请务必护理好您的牙齿和牙龈。牙菌斑会不断在您的牙齿上形成，但您可以通过定期刷牙和使用牙线来控制牙菌斑。以下为在家中保持良好的口腔护理习惯的一些建议。

- 每天刷牙两次。务必使用含氟牙膏。
- 每天使用牙线洁牙。
- 使用漱口水帮助控制牙菌斑细菌。这也可以帮助您保持口气清新。



定期检查牙齿的要点一览

- 定期就诊非常重要，因为这可以帮助确保牙齿及牙龈健康。
- 定期就诊的过程分为两部分：
 - 检查
 - 洗牙
- 在牙齿检查过程中，您的牙科专业医师会对您的整体口腔卫生进行检查，寻找任何有问题的地方。
- 在洗牙过程中，您的牙科专业医师会去除所有沉积的牙菌斑和牙石，还可能对您的牙齿进行抛光。
- 您应当按照每年至少两次的频率或遵从牙科专业医师的嘱咐定期前往牙科就诊。

我們建議您嘗試以下產品：

☐ 欧乐-B 电动充电牙刷

☐ Oral-B 手动牙刷

☐ 佳洁士牙膏

☐ 欧乐 B 牙线

☐ Crest 和 Oral-B 漱口水



通过刮治去除牙菌斑和牙石