



QQ1群(0-3岁):100029141  
QQ2群(0-3岁):70427058  
QQ3群(3-6岁):79946402



健康

B35



专家指点

# 宝宝乳牙龋坏 拔还是不拔?

指导专家 朱维健主任医师  
南京市妇幼保健院口腔保健科

很多幼儿园的娃娃因为平时爱吃甜食,又不注意口腔卫生,都会出现乳磨牙不同程度的龋坏。看着孩子腮帮子肿得老高,吃不香睡不着,全家都开始纠结了——宝宝的“坏牙”是拔还是不治,谁也拿不定主意!还是听听口腔科医生的专业指导意见吧。

据南京市妇幼保健院口腔保健科朱维健主任医师介绍,“乳牙”是人生的第一副牙齿,一般宝宝在半岁时开始萌出第一颗,六岁前出齐。此后孩子进入“替牙期”——乳牙相继脱落,恒牙萌出。直到十二三岁时,恒牙成为我们的第二副牙齿。正因为乳牙迟早是要被恒牙取代的,当孩子乳牙出现龋齿时,很多家长认为,反正乳牙是要换的,既然孩子痛得难受,不如先拔了算了,但其实得具体问题具体分析。

## 乳牙不应轻易拔除

朱维健主任医师表示,龋坏的乳牙不宜轻易拔除。如果过早把乳牙拔掉会影响儿童的正常咀嚼功能,同时失去对恒牙萌出的诱导功能,不利于牙间隙的保持,可能造成咬合紊乱和牙列不齐。

对于乳牙龋齿,总体原则是先尽量修补。龋洞较浅的,进行处理后直接填充。龋洞较深及牙髓的则需要进行根管治疗。很多家长认为根管治疗时间长、痛苦大,害怕对基层的恒牙胚产生影响,因而心存担忧和抵触。虽然儿童乳牙的根管治疗原则与成人一样,但方法、材料大不相同,治疗时间也比较短,多数孩子能接受,通常不需使用麻药。且整个根管治疗的操作都在乳牙内完成,完全不用担心恒牙胚受到影响。

如果龋洞较大,牙体较薄,填充修复之后不要啃咬硬物,以免牙齿碎裂。另外,乳牙修复之后,每半年进行一次复查也是很有必要的。由于前牙龋洞小,填充物易脱落,脱落之后应及时再补。

## 没有修复价值的坏牙应该拔

龋齿是否拔除,这需要医师做出判断。接近替牙期的龋坏乳牙是可以拔除的。而龋坏严重,没有修复价值的乳牙,应该及时拔除。龋洞侵犯牙神经导致剧烈的疼痛,严重干扰患儿的正常生活,这种情况下乳牙也要拔掉。因为疼痛会导致孩子常用不痛的一侧牙齿咀嚼食物,这会对颌面部发育造成影响;此外,有时病牙不除,牙髓的炎症得不到抑制,会向下发展侵犯牙槽骨,进而影响恒牙胚的正常发育。这时牙齿也必须拔掉。不少家长等孩子出现剧烈疼痛,牙齿有大洞才来看病,处理起来当然麻烦得多。

其实,早期的蛀牙可能只是一小块白色斑点。而窝沟区的蛀牙,最早可能只是一个小黑点,随着龋齿的发展,小黑点会逐渐变大,之后龋齿继续发展,表面坍塌形成小洞。如果没有及时治疗,小洞就会变成大洞,吃冷热食物或甜食时就会有酸痛的感觉。龋齿继续恶化,细菌侵入到牙髓引起牙髓炎,牙齿才开始剧痛。

所以,家长要警惕龋齿的最初形态及早看病治疗。同时,让孩子养成早晚认真刷牙的好习惯,尤其喝完饮料,吃完饭后用清水漱口处理掉牙齿表面的残余食物。 通讯员 钱莹 快报记者 吕珂



延伸阅读

2506号 翟一朵

## 娃娃拔牙 妈妈注意

宝宝拔牙后,创口一般在10日左右基本愈合,家长在这期间要妥善保护伤口。否则有可能造成拔牙后出血过多,甚至引起伤口感染、发炎、肿胀、张嘴受限、疼痛以及伤口愈合时间延长,严重时可引起干槽症的并发症。

拔牙后应咬住拔牙创面上的纱布棉球,半小时后吐出。咬住纱布棉球,一方面可以止血,同时也可以使创面的血块凝结起来,有利于伤口的愈合。一般半小时左右出血停止。过早地吐出棉球容易造成出血,但纱布棉球也不应咬得太紧太久,否则反倒增加感染机会。纱布棉球吐出后常带少量血丝,这是正常的。不要老

用舌头去舔伤口或吮吸伤口,更不要用手指、牙签等东西去碰伤口。也不要老是吐口水,因反复吐口水容易引起出血,嘴里口水较多时可咽下去。

拔牙后吃东西需等到2小时之后,因为麻药能维持1-2小时,过早进食会误咬伤口唇、黏膜。为了防止冲刷掉伤口内凝结的血块,引发再出血,拔牙当天可以不刷牙、漱口。

如果拔牙后仍有较多的出血,甚至能吐出血块的应到医院检查,看拔牙处是否有继续渗血,及时做好止血处理。拔牙24-48小时后,如果张口轻度受限可适当做热敷或理疗。 育儿网



吃得健康

## 春天五种水果 不能多吃

吃水果是宝宝获取维生素和其他养分的最直接方式。可是吃水果也要讲究时令,进入乍暖还寒的春季,吃水果还要悠着点。

### 1、菠萝

一部分人吃菠萝后会出现恶心、呕吐、腹痛腹泻、口唇发麻、皮肤发痒等过敏现象。

这是因为菠萝中含有生物碱和菠萝蛋白酶。菠萝切好后一定要放入淡盐水中浸泡十多分钟,破坏菠萝蛋白酶后再吃。

营养师:菠萝属于热带水果,含有丰富的膳食纤维和菠萝蛋白酶,对预防便秘和消化不良很有好处,是夏季水果的很好选择。街头巷尾卖菠萝的小贩都是用玻璃缸盛满盐水泡菠萝,每块菠萝上都会插根筷子,这里提醒大家,购买考虑一下玻璃缸里的盐水多久没换了?筷子是不是新的?这样不光卫生不合格,还会造成二次污染。

### 2、香蕉

为了让香蕉表皮变得嫩黄好看,有的不法商贩用过量二氧化硫来催熟,但果肉吃上去仍是硬硬的,一点也不甜。正确的方法应该是加温熏熟。

营养师:香蕉是一种营养丰富的热带水果,味甘性寒凉,有润肠、清热的作用。每年的夏天才是它成熟季节。

### 3、葡萄

一些不法商贩和果农把催熟剂乙烯和水按比例稀释后,将没有成熟的青葡萄放入稀释液中浸泡,过一两天青葡萄就会变成紫葡萄。

营养师:每年八九月份是葡萄成熟的季节。葡萄味甘微酸,性平,具有补气血、强筋骨、利小便的功效。

### 4、草莓

中医认为,草莓有解暑、清热的作用,春季人的肝火往往比较旺盛,吃点草莓可以起到抑制作用。另外,草莓最好在饭后吃,因为其含有大量果胶及纤维素,可促进胃肠蠕动、帮助消化、改善便秘,预防痔疮、肠癌的发生。

问题:中间有空心、形状畸形不规则且过于硕大的草莓,一般都是使用过量激素所致。

营养师:草莓是非常吸引人的水果,它的维生素C含量很高,吃新鲜的草莓是不错的选择。草莓的自然成熟期是每年的5月下旬。

### 5、甘蔗

春季的甘蔗大多为秋季的存货,储存了一个冬天后,极易变质,在甘蔗末端出现絮状或茸毛状的白色物质,导致切开之后,断面上还会有红色的丝状物。

营养师:甘蔗是很好的“泻火”食品,味甘性寒,具有清热生津,下气润燥,和胃降逆的功效。甘蔗的成熟季节在11月,出了由于储存不当甘蔗会发生霉变,未成熟的甘蔗被砍下后也会发生霉变。



专家说

上面五种水果的成熟季节恰恰都不在春季,如果现在食用,我们吃到的不是经过长时间储藏的,就是未成熟的。食用后既得不到充足的营养,也品尝不到最佳口味的果实。另外,在早春季节食用这些寒凉性质的水果,对我们的脾胃也是个刺激,所以,不建议大家过多的食用。虽然现在科技发达,用一些新技术可以尝到跨季果实,也建议大家“浅尝辄止”。还是吃应季水果比较好。 人民网



健康提醒

## “眼屎”透露 宝宝健康讯息

宝宝出生后,很多家长怕孩子着凉,所以家里室温往往较高,细菌容易繁殖,加上新生儿会不自觉地用手揉眼睛,易出现眼部分泌物增多、眼睑结膜充血等结膜炎症状。

### 应对方法:

1.局部滴抗生素眼药水和眼膏可改善症状,结膜冲洗有助于炎症消退。

小提示:滴眼药水前,应清除患儿眼部的分泌物。如果宝宝兼有大便干燥、小便黄、舌苔厚腻等症状,可以配合清热泻火、消食导滞的中药治疗。

2.给宝宝多喝水,并注意观察所食用的奶粉对宝宝消化功能的影响。

小提示:对母乳喂养的患儿来说,妈妈的饮食对他们的健康影响较大。哺乳妈妈应保持营养均衡,避免食用过于辛辣和油腻的食品。 搜狐

### 讲座信息

3月3日家长学校

内容:宝宝情商的培养

主讲人:儿保池霞副主任医师

时间:3月3日周六下午2:30

地点:市妇幼保健院大楼7楼

胎儿大学707教室

课程免费,欢迎您来听课!

2464号 李学贤



用白开水给宝宝送服药物是个常识,但有些人喜欢用50—60摄氏度或温度更高的热水服药。殊不知,部分药品遇热后会发生物理或化学反应,进而影响疗效。下面六类药物不要碰过热的水。

## 这六类药物 不适合热白开水送服

### 一、助消化类。

如胃蛋白酶合剂、胰蛋白酶、多酶片、酵母片等,均含有助消化的酶类。酶是一种活性蛋白质,遇热后会凝固变性。《中华人民共和国药典临床用药须知》指出:“胃蛋白酶遇热不稳定,70摄氏度以上即失效”。

### 二、维生素类。

例如维生素C不稳定,遇热后易被还原、破坏,而失去药效。

### 三、止咳糖浆类。

急支糖浆、复方甘草合剂、蜜炼川贝枇杷膏等,是将止咳消炎成分溶于糖浆或浸膏中配制而成的一类药物。患者服用后,糖浆或浸膏覆盖在发炎的咽部黏膜表面形成一层保护膜,便于快速控制咳嗽,缓解症状。如果用热水冲服,更易降低糖浆的黏稠度,影响保护膜的功效。

### 四、活疫苗。

如小儿麻痹症糖丸,含有脊髓灰质炎减毒活疫苗,服用时应当用凉开水送服,否则疫苗灭活,不能起到免疫机体、预防传染病的作用。

### 五、含活性菌类。

乳酶生含有乳酸活性杆菌,整肠生含有地衣芽孢杆菌,妈咪爱含有粪链球菌和枯草杆菌,合生元(儿童益生菌冲剂)含有嗜酸乳酸杆菌和双歧杆菌。此外,酵母片、丽珠肠乐等药物均含有用于防病治病的活性菌。遇热后活性菌会被破坏。

### 六、清热类中成药。

中医认为,对燥热之症,如发烧、上火等,应采用清热之剂治疗,此时不宜用热水送服。用凉开水送服则可增加清热药的效力。 39健康