

综合唇腭裂护理中的口腔健康

6-12岁

什么导致蛀牙？

您的牙齿被称为牙菌斑的粘性细菌膜覆盖



细菌将食物和饮料中的糖分变成酸



酸会分解牙齿的珐琅质



如果腐烂穿过牙釉质，就会形成一个称为空腔的洞



为什么要刷牙？

每天刷牙两次，每次两分钟意味着：

- ✓ 您的牙齿会干净健康
- ✓ 您会有清新的口气
- ✓ 您会拥有灿烂的笑容！



为什么蛀牙不好？

蛀牙会导致...



牙齿上的斑点



对冷热食物和饮料敏感



填充物松动



牙疼



口臭

这就是蛀牙的样子！



确保每天刷两次以保持牙齿健康！

什么导致牙龈疾病？



牙龈疾病是由牙菌斑堆积引起的

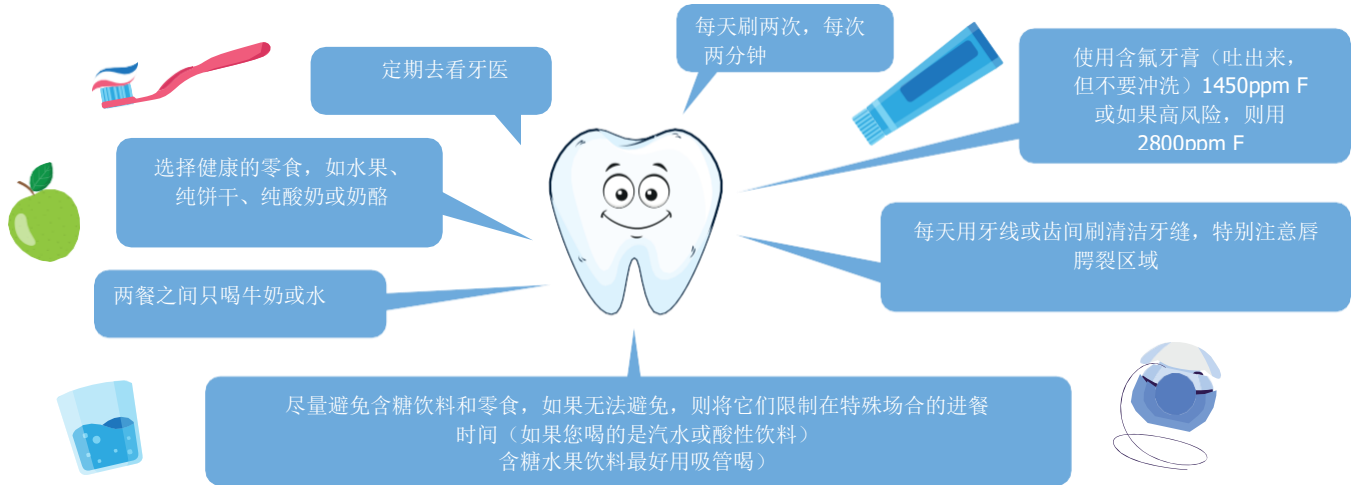


牙菌斑中的一些细菌是好的，但有些细菌对您的牙龈有害！



如果您不刷牙和清除牙菌斑，您的牙龈可能会变红、肿胀并流血！

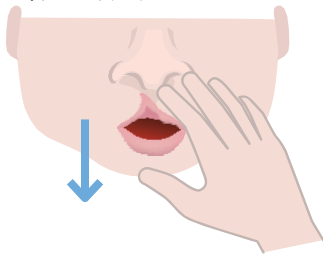
让我们避免这些问题！怎么做？



那么，疤痕怎么办？

疤痕是手术后皮肤愈合的自然方式，但需要加以照护以使其保持美丽和健康。以下是一些提示：

1. 从鼻子到嘴唇按摩疤痕三遍
每天10分钟



2. 始终在疤痕上使用防晒霜

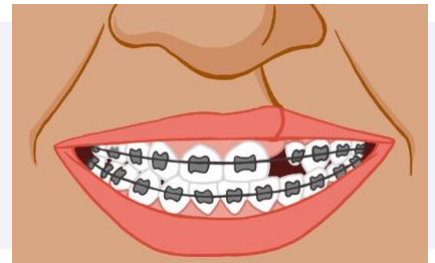


3. 最重要的是，要为此感到自豪！
它让你独一无二



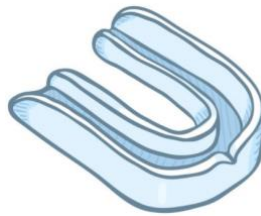
正畸治疗建议

- 牙套周围的清洁需要特别注意
- 清洁牙齿之间、托槽下方和铁丝
- 避免可能会破坏支具的坚硬、粘性和耐嚼的食物



其他建议

- 运动时佩戴护齿套（即使有支具）
- 如果戴假牙，记得每晚睡前取出
- 不要吸烟并避免饮酒



此内容由“综合唇腭裂护理中的口腔健康”任务组编写：

P. Mossey, Muthu MS, H. Zhu, M. Campodonico, L. Orenuga, 感谢“Toothy Tigers”。



这是受到 GSK 支持的 FDI 和 Smile Train 合作伙伴关系。