



預防牙周病

牙周病防治的名言：「預防重於治療、早期發現、早期治療」。

想要有一口好牙，最重要的就是找一位醫術好、醫德更好的牙醫師，定期進行牙齒健康檢查。

良好的口腔衛生習慣：正確使用牙刷和牙線

牙周病致病的主要原因，在於口腔衛生執行不當，使牙菌斑堆積在牙齒周圍的組織，造成牙周組織的破壞。因此，在牙周病的治療中，除了牙醫師精湛純熟的技術外，還需要協助病人建立正確的口腔衛生習慣。

口腔衛生的工作，主要是靠牙刷、牙線等的使用，將牙齒徹底的清潔乾淨。每天早晚各一次正確的使用牙刷及牙線就可常保口腔的健康。

正確的口腔衛生習慣需要學習。在訓練過程中，由口腔衛生的護士或醫生帶著病人做牙刷牙線的練習之外，還要讓病人回家做同樣練習。

每次就診時，都得檢查病人的口腔衛生進步情形，並做必要的糾正。如此反覆的練習，才能達到高標準的要求。一般而言，約需要 3 ~ 5 次的訓練，病人口腔衛生的執行才能達到基本要求。

向牙醫師學習正確的口腔衛生保健習慣，就是要養成正確潔牙（包括正確刷牙、正確使用牙線）的好習慣，才能夠保持良好的口腔衛生。

每半年定期檢查口腔，必要時接受洗牙

所謂洗牙，就是把附在牙齒上的牙菌斑和牙結石清除掉的意思。口腔內的牙菌斑未清除乾淨，日久與唾液中的礦物質結合沈澱而鈣化成硬塊，這硬塊就是牙結石。

牙結石開始形成時呈乳白色而不太硬，但日子一久，就染色成黃褐色或黑褐色，而且很硬較不易刮除。

若有任何疑問，請不吝與我們聯絡
電話：[\(04\) 22052121](tel:(04)22052121) 分機 2580