

《醫學人生》執業醫生與您分享醫學、  
人生與愛的故事，逢週一刊登

乳齒在胚胎第十週就開始成長，從牙胚慢慢形成牙齒。嬰兒一般從六個月開始長出牙齒，兩年間所有乳齒便會出齊，總共有二十顆。

乳齒是兒童重要咀嚼器官，有助腸胃消化，提供成長期必需的營養。良好咀嚼有助兒童面部正常發育，預留空隙誘導恆齒正常萌出，乳齒也能幫助正確發音。

可惜，幼童蛀牙在香港較普遍，有八成幼童從未接受過牙齒檢查。不少家長有疑問，將來需要換恆齒，乳齒蛀了如不痛，是否不用修補？兒童蛀牙也會引致牙痛、膿腫、發燒，更會影響底下的恆齒成長，實在不能輕視。小孩要盡早養成良好清潔和飲食習慣，減免蛀牙機會，千萬不要讓幼兒含着奶瓶睡覺。

當第一顆乳齒長出時，家長可用紗布或牙刷替嬰孩清潔。早些教導小孩自行漱口和刷牙，這需要家長付出不少時間與耐心。小朋友兩歲便可安排往檢查牙齒。蛀牙應從淺中醫，避免發現牙患，感牙痛時，才看醫生。很多時兒童對牙醫的恐懼是來自父母或兄姊的渲染，令他們對牙科檢查和治療心存恐懼。

六歲以下的兒童，宜用小童牙膏，因含氟量較低(約500ppm)，成人牙膏可達1200ppm氟素。年紀越小，用的份量越少(大約3毫米至10毫米)，徹底漱口也很重要，避免吞服不必要的氟；否則，令恆齒產生氟斑，影響美觀或結構。識齒、護齒、健齒要從小做起，避免日後可能產生的連串問題和不良影響。

除了牙齒之外，小朋友的靈性成長也很重要，基督教對此也甚為重視。聖經箴言二十二章六節說：「教養孩童走他當行的路，就是到老，他也不會偏離。」

白言/牙科

\*經文引用聖經新譯本



環球天道傳基協會

Tien Dao Worldwide Christian Media Association

如對文章有任何回應或查詢，歡迎登入《醫學人生》  
網頁分享<http://www.tdww.org.hk/cmdf/index.html>



香港基督徒醫生及牙醫團契  
The Christian Medical and  
Dental Fellowship of Hong Kong