益牙益牙哟

孩子牙齿“地包天” 别耽搁

□本报记者 张帅
通讯员 郑晖

儿童的早期牙齿矫正,一直受到了很多爸爸妈妈的关注。

部分儿童在生长发育过程中,出现咬合时下巴向前突出、下牙在上牙前方的情况,即俗称的“地包天”,“地包天”也称为错合畸形严重影响儿童牙颌面功能、颜面美观,甚至影响儿童全身及心理健康。

然而,有家长抱着“等孩子长大点再说、长大后就自然长好了”的心态,耽误了孩子的最佳治疗时期。

福建医科大学附属口腔医院正畸科许濬于主任医师为大家解答:

形成“地包天”的原因

儿童“地包天”的形成可以归结为先天因素和异常口腔习惯。先天因素例如遗传可以导致“地包天”的发生,还有一些先天性疾病会导致“地包天”的发生,如唇腭裂、外胚叶发育不全综合征、马凡综合征等。

除了先天因素,异常口腔习惯是儿童形成“地包天”的重要因素。

许濬于主任介绍,常见的可形成“地包天”的异常口腔习惯有:

(1)口呼吸。当儿童出现气道问题,被迫张口呼吸,下颌前伸便于呼吸,长期口呼吸可能导致“地包天”的发生。

(2)异常吞咽,又称“婴儿式吞咽”。绝大多数“地包天”的儿童伴随舌功能异常,表现为说话时舌体处于较低的位置(舌低位),舌背无明显上抬,舌背不与硬腭相接触,翘舌音无法发出,同时伴随吞咽(吞口水、喝水、吃饭)时舌尖向前拱出,导致上腭受到舌的刺激不足、下颌受到舌的刺激过度,口腔内外肌肉平衡失调,出现“地包天”。

有什么危害?

“地包天”对儿童的正常发育危害较大,最严重的危害是可能引起面部畸形。严重的“地包天”还常常伴随颌骨和咬合偏斜的发生,表现为下巴歪、后牙反合、中性偏斜等。

“地包天”儿童伴有舌的位置异常和异常吞咽,影响发音,也会加重“地包天”的严重程度。若不及时矫治,成人后则难以矫治。此外,“地包天”儿童不良的颜面形象常影响儿童的性格和心理健康,可能引起儿童自卑、孤僻内向,故应引起家长重视。

“地包天”如何防治?

许濬于主任指出,儿童错合畸形的预防要点:

1.儿童早期矫治始于优生优育:广义的儿童早期矫治应该始于优生优育,胎儿期是牙颌面重要的发育阶段。此阶段的重视可以避免很多先天性遗传疾病的发生。

2.良好的口腔卫生习惯的建立:良好的口腔卫生习惯及口腔健康也是儿童面型发育管理必不可少的一个重要环节。

3.口腔疾病的早发现早治疗。

4.良好口腔功能习惯的建立:呼吸、吞咽、语言以及其他肌肉神经习惯。

5.异常功能习惯的早发现早纠正:包括异常呼吸习惯,异常吞咽习惯,异常咀嚼习惯,异常舌习惯,异常唇习惯,异常吮指习惯,异常吮颊习惯,异常头颈及全身身姿习惯等。

链接

牙齿错位

某些种类的下颌发育不足,某些不对称畸形(面部偏斜、偏侧咀嚼等),都建议进行早期矫治。

牙齿的轻度不齐、咬合深、轻度的“龅牙”、露龈笑等,一般认为不会影响颌骨发育,属于暂时性畸形,常常不需要早期治疗,家长不必过度焦虑。

两岁幼儿汞中毒 竟因水银体温计

□本报记者 陈坤
通讯员 林娟 卢晓芬

近日,福州一位2岁男童,出现不明原因的反复发热,当家长想用水银体温计测量体温时,未承想体温计不慎被男童放入口中咬碎,家长立即清理了口中的异物,并用清水进行漱口,然后送到第九〇〇医院急诊儿科。

在医院洗胃后,腹部平片发现,水银位于中腹部。

因水银未完全排出,体温仍高达40.6℃,便收治入院治疗。

一支小小的体温计,所含的水银真的这么可怕吗?

长期小剂量吸入、误食或接触水银,在体内蓄积可导致慢性中毒,一次性大剂量吸入、误食或接触水银可引发急性中毒。

水银进入人体后,可逐渐地损害人的内分泌器官和身体机能,特别是脑损害最为严重。

正常水银中毒的救治方法是什么?

首先脱离现场环境,更换衣物。

误服水银时,立即清水漱口,检查口腔是否有破口。

紧急情况下,可口服大量的牛奶、鸡蛋清,因为此类物质可以保护胃肠黏膜,中和毒素,防止水银在体内吸收。

然后尽快到医院进行洗胃,可也对其进行导泄,促进水银的排出。

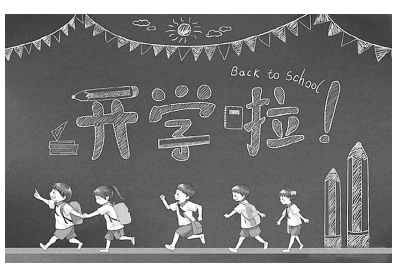
开学倒计时 帮助孩子克服“开学综合征”

寒假即将结束,从假期结束到开学初的这段时间,很多孩子会出现情绪不稳定、紧张、焦虑、注意力不集中、懒散、逃避学习、拖延完成作业等表现,有人形象地把这种现象总结为“开学综合征”。

北京大学第六医院儿童精神科副主任医师李雪认为,家长可以在开学前规划出1~2周的“缓冲期”,帮助孩子慢慢适应开学后的生活,减缓开学压力对孩子心理的冲击。

首先家长可以从帮助孩子调整作息时间入手。李雪说,从开学前一周左右开始,慢慢让孩子把作息时间调整到上学时的状态,按时起床,按时吃饭,按时睡觉。

其次,开学前,家长可以帮助孩子提前做好复习和预习,让孩子恢复学习的习惯。李雪强调,让孩子提前学习的目的并不在于让孩子学习多少知识,而是要调动孩子的认知能力,帮助孩子完成从放假到学习的思维转换。



开学前,家长还可以鼓励孩子通过电话、微信等方式,主动和要好的同学恢复联系,聊聊天。比较要好的孩子的家长甚至可以相约,带孩子一起出去玩,让孩子在开学前有一个互动。

除此之外,开学返校后,孩子还可能会经历一些班里的变化,比如座位调整,班干部改选等,家长应尽可能地将可预见的事情提前跟孩子沟通,给孩子“打预防针”。对于比较敏感的孩子,家长应格外上心,提前跟老师以及其他家长进行沟通,多了解一些孩子在新学期将面临的变化,提前告诉孩子,让孩子在心理上有所准备,这样孩子出现紧张和焦虑情绪的风险就会降低很多。

李雪特别指出,开学前的“适应期”同时也是锻炼孩子自我管理和自我规划能力的好时机,家长可以利用假期结束前1~2周这段时间,给孩子布置一些需要完成的任务,让孩子自己制订计划表,把任务分配到每天、每个时段,帮助孩子锻炼自我管理和自我规划能力。需要注意的是,家长给孩子布置的任务要符合孩子的实际能力,是孩子有能力去完成的。

李雪解释说,家长陪伴孩子一起完成任务的过程,也是言传身教的过程,家长要求孩子做到的事情,自己要先做到。

高效而有质量的陪伴是什么呢?李雪说,就是与孩子真诚地沟通,彼此尊重,把孩子当作一个独立的个体,和孩子平等地交流彼此的心得和体会。

(《中国青年报》)