

孩子牙齒健康的關鍵在於出牙前護理。以下是一些對懷孕、嬰兒、幼兒和兒童的最常見牙齒健康問題的解答。

- 1. 懷孕會影響我的口腔健康嗎？**
是的...荷爾蒙變化會增大牙齦組織對牙菌斑中刺激物的反應。每天透徹刷牙和牙線清潔兩次以清除牙菌斑和膳食均衡，將有助於保持牙齦的健康。
- 2. 懷孕期間，我應該進行 CDA 會員牙醫會診嗎？**是的... 您應該繼續進行定期牙醫會診。但是，務必告知 CDA 會員牙醫：您已經懷孕。
- 3. X 光檢查在懷孕期間是否安全？**是的... X 光檢查在懷孕期間是安全的，並且是幫助檢測牙科和其他口腔健康問題的重要工具。只需要進行治療所需的 X 光檢查。您需要穿鉛圍裙以獲得額外保護。
- 4. 我的寶寶什麼時候開始出牙？**出牙時間因不同寶寶而異。然而，大多數寶寶將在六至十二個月大的時候開始出牙。
- 5. 我什麼時候開始給我的寶寶刷牙？**從出生開始，用柔軟的嬰兒牙刷、棉紗布或布和涼水清潔嬰兒的牙齦。第一顆牙一出，就每次塗抹一點含氟牙膏（或一粒米飯的大小）清潔孩子的牙齒。
- 6. 給寶寶刷牙時應使用多少含氟牙膏？**對 3 歲以下兒童使用一點含氟牙膏，對 3 至 6 歲兒童使用豌豆大小的含氟牙膏。應鼓勵兒童吐出牙膏，不要吞嚥牙膏，六歲以後孩子能夠可靠做到這一點時，可以增加牙膏用量。
- 7. 我什麼時候應該帶我的寶寶進行首次牙科會診？**美國兒科牙科學會和大多數其他衛生機構鼓勵家長和護理人員在孩子的第一次出牙時（通常在六至十二個月期間）安排會診預約。
- 8. 如何防止出現寶寶早期性齲齒，稱為幼兒早期性齲齒或奶瓶性齲齒？**
把寶寶放下睡眠（小憩或晚上睡覺）時，只在瓶子裡加水。配方奶、母乳、果汁和蘇打水等的含糖液體，會在嬰兒的牙齒周圍聚集並引起齲齒。切莫忘記每天清潔嬰兒的牙齦/刷牙兩次，以去除食物和牙菌斑。
- 9. 我還能做些什麼來保護孩子的牙齒健康？**孩子牙齒上並非天生就帶有導致齲齒的細菌。他們的照顧者，特別是他們的母親，帶來了這些細菌。透過保持牙齒健康並免受齲齒，可以幫助減少孩子接觸這些細菌並減少早期性齲齒的機會。

- 10. 如何做來幫助寶寶出牙？**許多寶寶喜歡牙齒咬環、涼勺子或冷濕的面巾。一些父母/護理人員用乾淨的手指刮擦寶寶的牙齦。
- 11. 我應該給我的孩子服用氟補充劑嗎？**一些嬰兒應該接受某種形式的氟補充劑。但是，請務必諮詢您的兒科醫師或 CDA 會員牙科醫生，以確定您所居住的社區的適當劑量。一些社區擁有天然氟化水或已將氟化物添加到飲用水中。生活在這些社區的兒童，不應該接受額外的氟補充劑。
- 12. 什麼是封閉劑？**封閉劑是一種放置在孩子後牙的咀嚼表面上的透明塑料材料。封閉劑形成塗層以保護牙齒不受細菌和食物的影響。封閉劑可以大大降低兒童和青少年出現齲齒的風險。CDA 會員牙醫會評估您孩子出牙後的牙齒，並根據需要推薦封閉劑。

如需更多資訊，請隨時致電 800.232.7645 或透過電郵傳送您的問題或意見！