嬰兒的牙科照護

想要擁有健康的口腔，必須及早打好基礎。即使在您的寶寶還沒有牙齒之前，也務必開始為您的孩子維持例行的口腔照護。一旦在約 6 個月大左右開始長牙，您就需要為例行照護增加一些內容。乳齒若是發生齲齒的狀況，能夠釀成長久的困擾。

為何嬰兒的口腔照護很重要

食物和飲料與細菌混合後，會在牙齒上形成黏稠的物質，稱為牙菌斑。牙菌斑中的細菌呈酸性，會侵蝕牙齒堅硬的表面（琺瑯質）。這就是齲齒。維持良好的口腔照護，能防止牙齒上積累牙菌斑，避免造成齲齒。

為什麼保持乳齒健康很重要？

- 乳齒能為永久齒保留空間。如果乳齒齲齒或是過早拔除，那顆牙為永久齒保留的空間可能會縮小。您的孩子日後可能需要接受齒列矯正治療。
- 乳齒受到感染，能使下方的永久齒萌發情形不佳。這樣一來，長出的永久齒會有污漬、凹坑而且脆弱。
- 乳齒對語言發展頗為重要。同時，也對您的孩子妥善咀嚼食物，有效攝取營養很重要。

預防齲齒

出生到 6 個月：

- 餵食後和睡前清潔寶寶的口腔和牙齦。可以用水搭配薄布或紗布，或者是柔軟的嬰兒牙刷。
- 請與您孩子的醫療服務提供者討論使用氟化物的事宜。氟化物有助於預防齲齒。許多都市的自來水中添加有氟化物。如果您所在的區域沒有添加，可能需要為寶寶添加氟化物補充品。

6 至 12 個月大：

- 嬰兒的第一顆牙齒會在約莫 6 個月大時萌生。請在即日起至寶寶第一次過生日之間，擇期帶去看兒童牙醫。

- 請用小型的軟毛牙刷蘸含有氟化物的牙膏，在每次餵食後和臨睡前為寶寶刷牙。牙膏的量應不超過一顆米粒大小。
- 請向牙醫諮詢在牙齒上塗氟化物的事宜，可以每隔 3 到 6 個月塗一次。
- 每天為孩子使用牙線。這樣可以去除牙齒之間和牙齦底下的細菌和牙菌斑。
- 別讓寶寶抱著奶水、配方奶或果汁瓶入睡。這樣容易造成齲齒。
- 在孩子第一次過生日之前從奶瓶改為使用杯子。

何時致電牙醫

如有以下情形，請致電您孩子的牙醫：

- 乳齒歪斜或沒長出
- 您發現寶寶的牙齒上有棕色或黑色的點
- 牙齒掉落

Health Net of California, Inc. 是 Health Net, LLC 和 Centene Corporation 的子公司。Health Net 為 Health Net, LLC 的註冊服務標章。本文件所提及的其他所有商標/服務標章仍屬其各自公司所有。版權所有。

© 2000-2025 The StayWell Company, LLC. 版權所有。本資訊並非用於替代專業醫療照護。務必遵循醫療保健專業人員的指示。