

淺談「幼兒早期性齲齒」

◎台北長庚兒童牙科主治醫師 汪靜蓉

幼兒早期性齲齒好發年齡一般為 2~3 歲，也常見不到 1 歲就已經蛀牙。蛀牙牽涉的範圍常由前牙擴展至後牙，再加上幼兒配合困難，可能會在短時間內進展的很嚴重。相較於「幼兒早期性齲齒」，較為家長熟悉的名稱是「奶瓶性齲齒」，但是隨著現今母乳的推動（不管是為了營養的需求或是親子關係），容易造成家長們的另一個迷思，「我的小孩是喝母乳，又不用奶瓶，為什麼還會蛀牙呢？」不用懷疑，答案是肯定的！不是只有用奶瓶才會造成蛀牙，喝母乳同樣也會蛀牙。雖然形成蛀牙的原因是非常複雜的，但簡單的說，主要和細菌的種類（口腔細菌藉由親吻、餵食傳給幼兒）、清潔的習慣、餵食的方式有關。不當的潔牙方式像是沒有刷牙的習慣，或是偶而才刷。餵食的時間過長或頻率過多（不管是用奶瓶或是餵母乳），都可能造成是成幼兒早期性齲齒的原因，以致於必須進行齲齒的填補、根管治療，甚至於必須早期拔除，以阻斷齲齒的漫延。

其實，幼兒早期性齲齒是可以預防的。一般建議幼兒於 6 個月至 1 歲長牙時應做第一次的口腔檢查，3~6 個月定

期追蹤塗氟，正確及有效的潔牙習慣，在嬰兒長牙前餵奶完後即以紗布清潔牙床，在開始長牙餵奶完刷牙（特別是齒頸部奶垢容易堆積）。睡覺前提前餵奶，避免邊喝邊睡，睡前不要吃喝任何食物，餵食的時間不宜過長，建議 20 分鐘內完成，隨著幼兒年齡的增長，應拉長兩餐間餵食的時間且避免半夜餵奶的習慣。晚上睡覺時口水分泌較少，易增加蛀牙的嚴重性。及早戒除用奶瓶的習慣，大約 1 歲時即可嘗試戒除，改用杯子餵食。奶瓶內不要放果汁、糖水給小孩喝。慎選較不易蛀牙的零食，如乳酪、杏仁小魚乾、海苔、有嚼勁不含糖的軟糖。不給太妃糖、巧克力之類黏稠的食物，集中時間吃，吃完即刷牙。

健康的乳牙除了用來咀嚼食物外，尚有美觀、發音及幫助恆牙正確萌發的功用。有許多孩童的父母認為乳牙會再更換，所以蛀掉了也沒有關係，將來會再長新牙的。乳牙若是過早蛀掉或脫落，將可能造成隔壁牙的傾斜及空間的喪失，其結果可能造成恆牙齒列擁擠及咬合功能不良。所以，一口健康漂亮的牙齒其實是很重要的，但需要家長及牙醫師甚至於小朋友一起配合才能達成。👁

