

edlyn052898 / March 07, 2017 03:19PM

[晶悅美學牙醫診所【專欄分享】燦爛的人生 不可忽略口腔牙齒的健康](#)

人體之所以奧妙不僅是每個器官各自背負重責大任以外，每個器官之間的連結性更是不可忽視，沒有一個器官是能夠獨立存在，因此人體的每個螺絲大至四肢小至血管都是非常重要的小兵。晶悅美學牙醫診所專業醫師指出，從口腔內的小小牙齒就可知道人體構造的神奇，牙齒功能不僅是單純咀嚼食物、幫助說話、輔助顏面輪廓以外，更是輔助刺激牙齦、顎骨、顏面等生長發育的重要功臣。

從小到大牙齒僅存在著珍貴的兩副，分別是乳牙和恆牙(亦稱永久牙)，倘若發育中疏於照顧牙齒，那麼就會直接影響乳牙和恆牙的健康，爾後即使接受修補或假牙製作，也無法和原本天然牙齒相比。晶悅美學牙醫診所專業醫師提醒，牙齒的健康和全身健康有著密不可分的關係，因此牙齒的照顧和其他器官一樣，也需要多費心思，定期接受檢查和刷牙，方能建立良好的口腔衛生與健康的牙齒。

想要保持健康的口腔，請記得把握預防勝於治療的原則，不但需要養成刷牙的習慣，搭配牙線清潔牙齒更是有效提升刷牙的潔淨度。晶悅美學牙醫診所專業醫師提醒，刷牙時須將牙刷以45度角朝向牙肉擺在牙齒及牙肉的接縫上，輕輕的來回橫刷，將外側面、舌側面、咬合面依序進行完整清潔；緊接著取45公分牙線，纏在兩手的中指第二指節繞兩至三圈，將牙線繃成C狀，緊貼牙齒利用上下刮動力量清潔牙齒的每個面。

最後，網路上瘋傳各種美白牙齒偏方或維持牙齒健康的方法，提醒民眾想要維持牙齒健康，除了需要建立正確的刷牙方式和飲食習慣以外，也應及時改正傷害牙齒的錯誤觀念。晶悅美學牙醫診所專業醫師表示，以往推廣飯後刷牙的風潮，經過研究顯示，飯後若是立即刷牙，不但無法達到牙齒健康的目的，反之會加速琺瑯質磨蝕，使得牙齒健康受到威脅，此外，定期洗牙亦能夠減緩牙菌斑堆積和侵蝕牙齒的機率。

晶悅牙醫 牙齒健康 口腔清潔 潔牙

TEL : (02)2559-3671

ADD : 台北市大同區民生西路138號1樓

Line ID : edc25593671

晶悅美學牙醫診所官方網站

<http://www.edc99.com.tw/>

晶悅美學牙醫診所粉絲團

<http://www.facebook.com/edc99edc99>

---