乳牙照護問題集
文章

乳牙健康為什麼會和成長發育有關？

二月 13, 2021

1 MIN

經中華民國兒童牙科醫學會　孫慈霙醫師　編輯審閱

許多家長可能會覺得寶寶的乳牙蛀掉沒關係，反正還會換掉，卻忽略了乳牙健康和生長發育是息息相關的！只要寶寶乳牙健康，在成長過程所需要的營養吸收也會比較正常，就可以幫助寶寶正常發育。所以家長隨時要留意孩子的口腔清潔，做好牙齒保養才是顧好身體的根本之道。



乳牙是消化系統的第一關

牙齒是人體消化功能的第一道防線，由於食物是經過牙齒咀嚼與磨碎才會進入體內消化。如果小朋友因為牙痛，無法將食物咀嚼仔細就吞下去，除了會引起消化不良，還會增加消化道疾病的機率。



乳牙長得好 寶寶食慾好、營養攝取完善 體格發育一級棒

若因為牙痛而不喜歡食用蔬菜等纖維較多的食物，長期偏食下來還會造成營養不良，甚至還會延伸出便秘等其他問題。反之，如果乳牙健康，食慾自然就會比較好，更能吃進充足且均衡的營養，幫助寶寶體格正常發育。



乳牙健康 關係著恆齒生長與未來飲食習慣

口腔的上下頷骨是臉部發育的關鍵，如果因為怕牙痛而不敢用蛀牙的那側咀嚼，或是因為拔掉蛀牙，使小孩長期使用健康的那一側咀嚼，頷骨就會因為沒有受到良好的刺激而左右不平衡，間接引發各種口腔疾病的問題。如果乳牙時期就發生蛀牙問題，對未來恆齒生長的空間也會有影響，等於與未來一輩子的牙齒健康、美觀，甚至咀嚼便利性都息息相關！