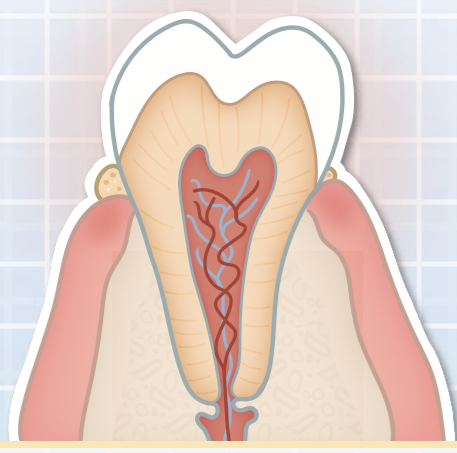


輕忽口腔健康 重損全身健康

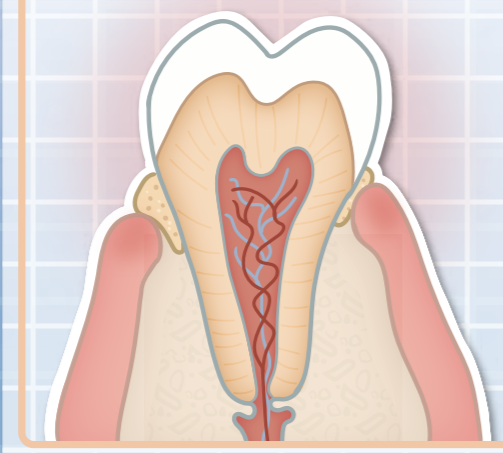
牙周疾病的進程

牙結石堆積



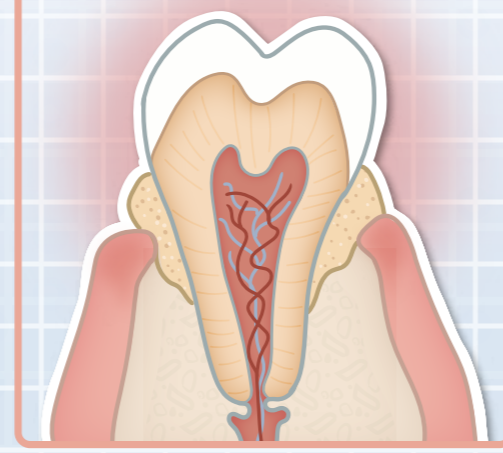
牙齦炎

牙周囊袋變深



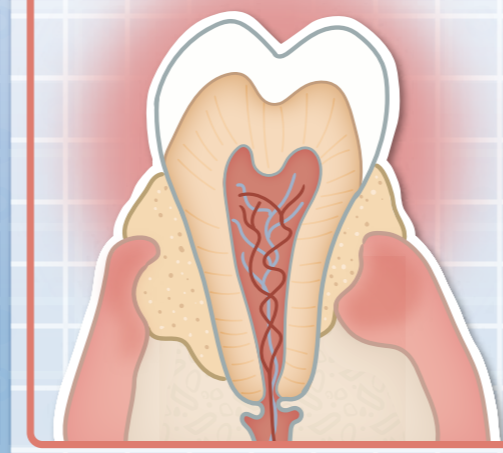
早期牙周炎

齒槽骨萎縮



中期牙周炎

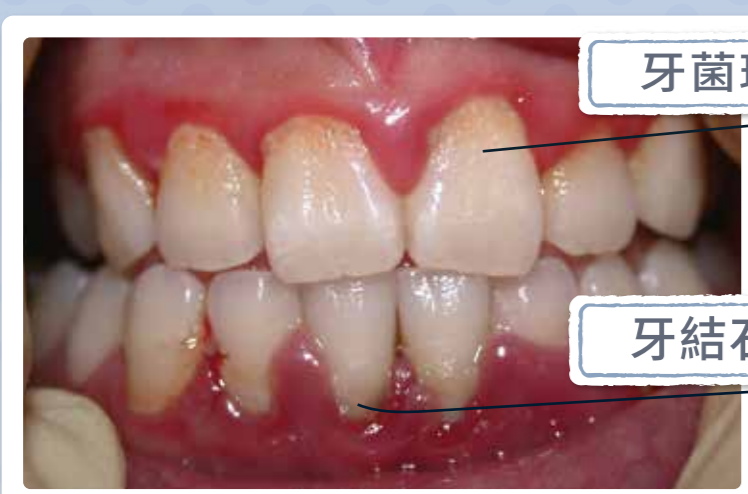
齒槽骨流失



晚期牙周炎

輕忽牙周疾病 牙齒恐不保

牙菌斑與牙結石



牙菌斑

牙結石

牙齦萎縮



嚴重缺牙

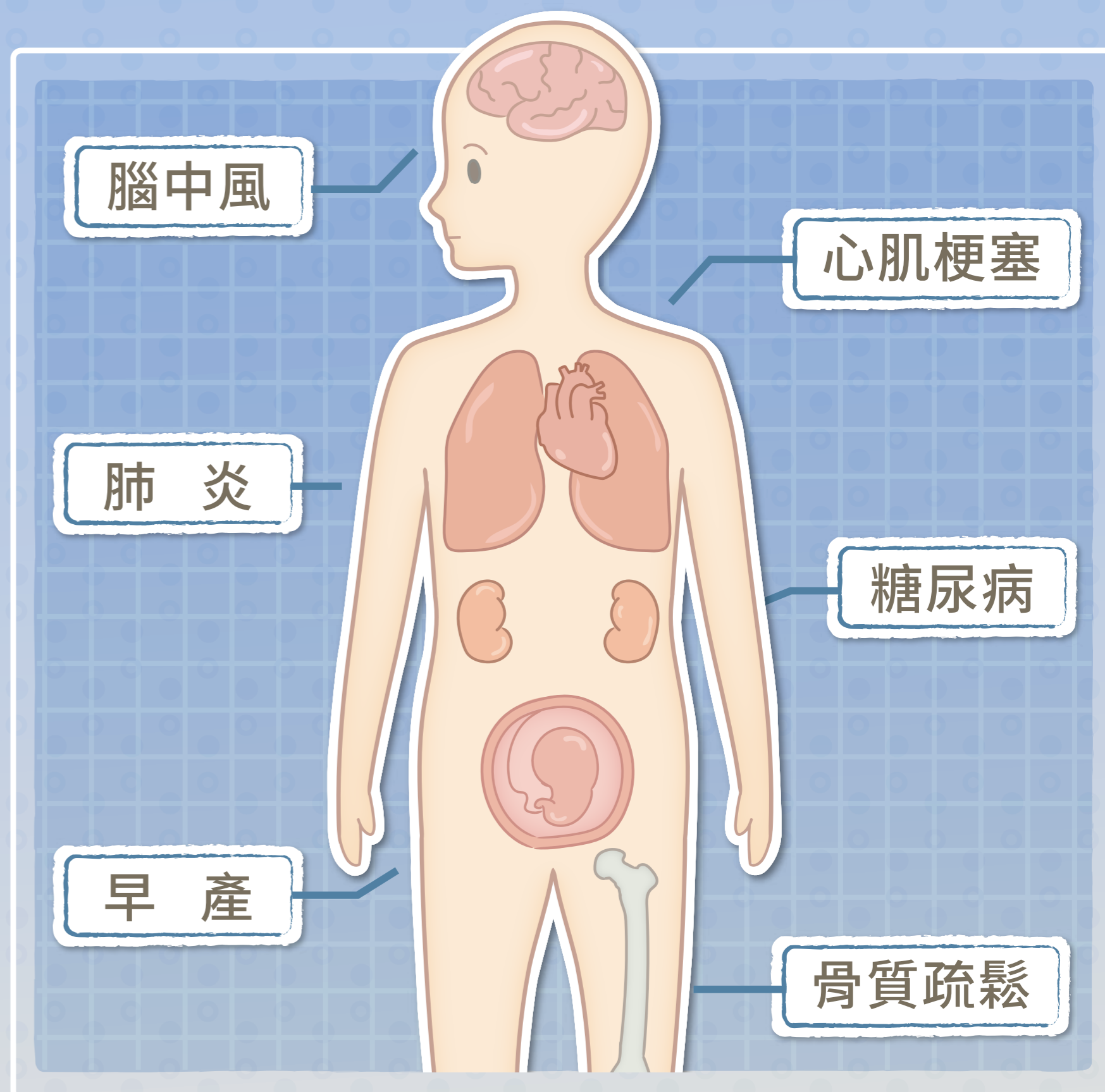


照片來源：社團法人中華民國牙醫師公會全國聯合會 黃耀慧醫師

牙齦炎的症狀為 ▶ 牙齦組織發炎，會有牙齦發紅、腫脹及容易流血的症狀

牙周炎的症狀為 ▶ 刷牙流血、牙齦紅腫、發炎或長膿包、牙齒鬆動、口腔異味等

牙周病 與多種全身性疾病有關



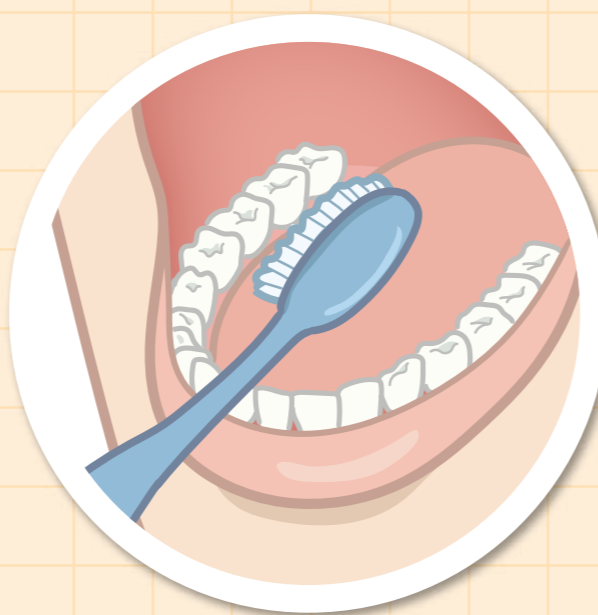
正確刷牙 這樣做



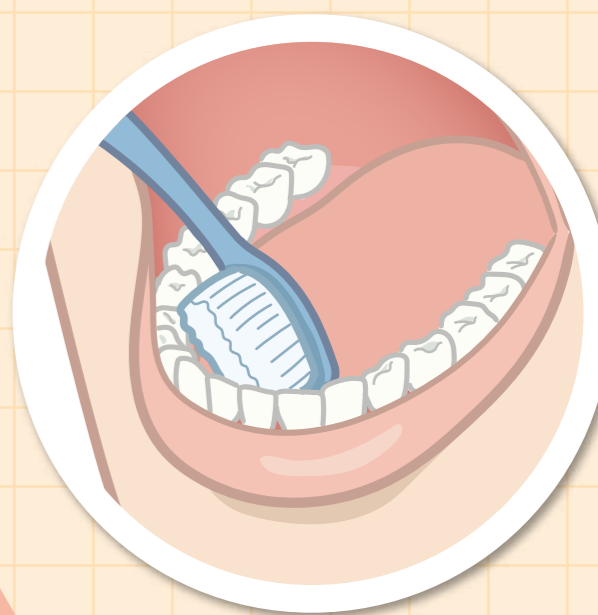
刷毛朝牙齦方向與牙齒呈**45度**
並涵蓋一點牙齦



一次刷2顆牙
來回震動10次

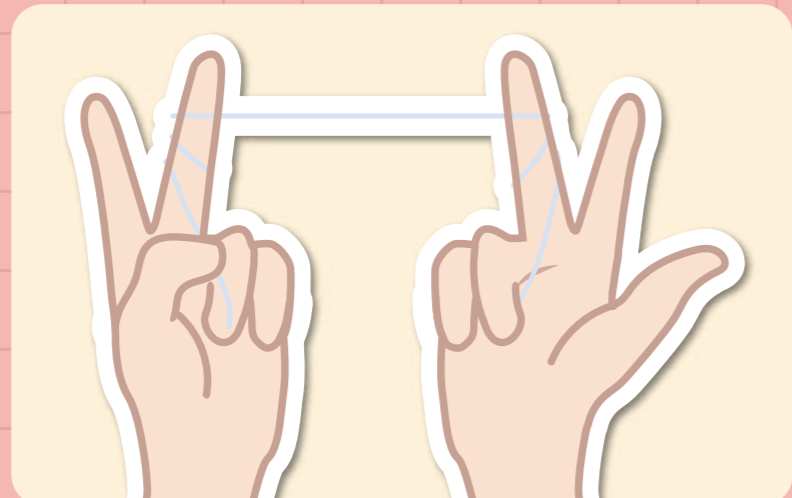


刷前牙內側時
將刷頭擺直一顆一顆刷

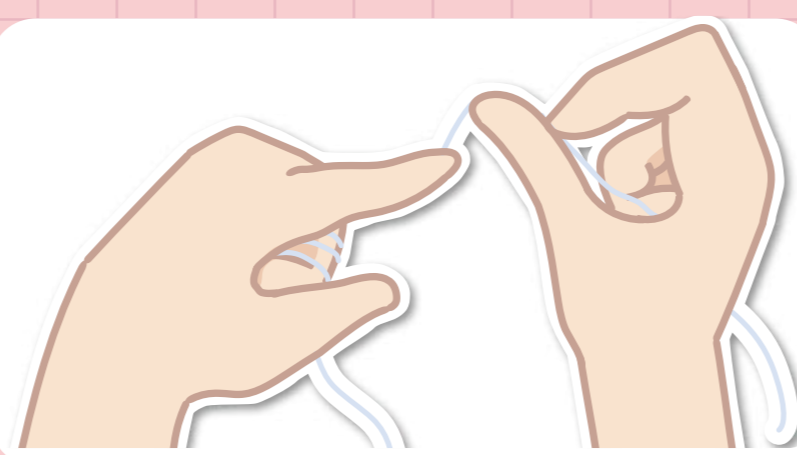


應先做纏繞牙線準備動作

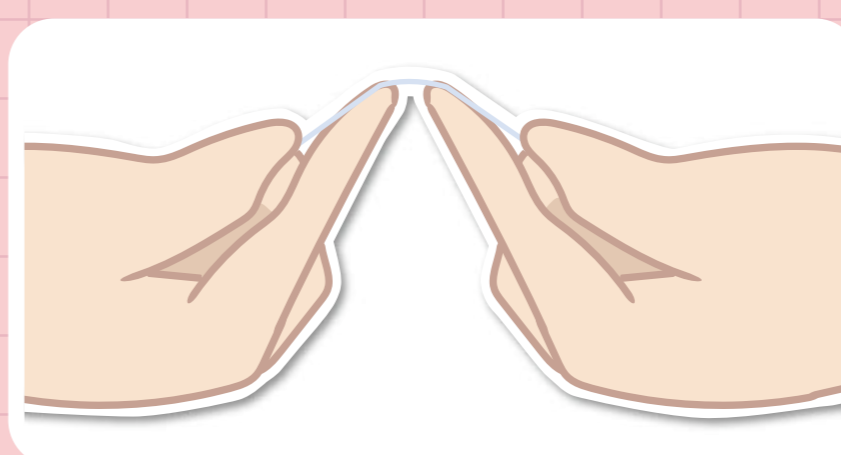
正確使用牙線



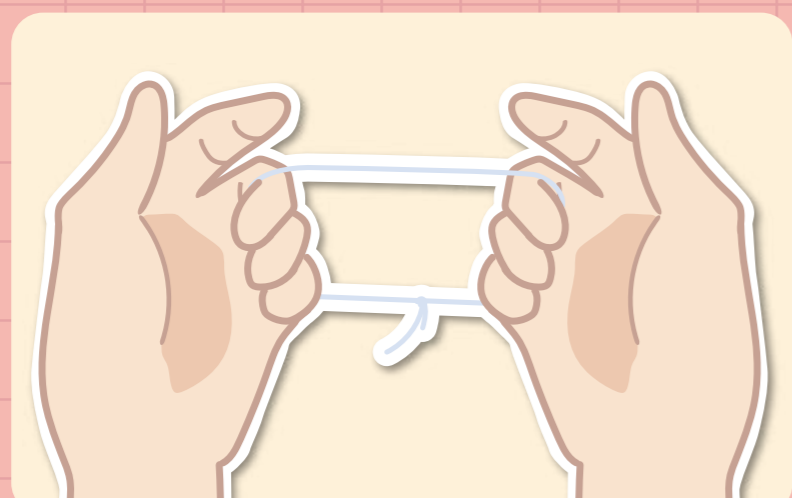
▲ 手指捲線操作法



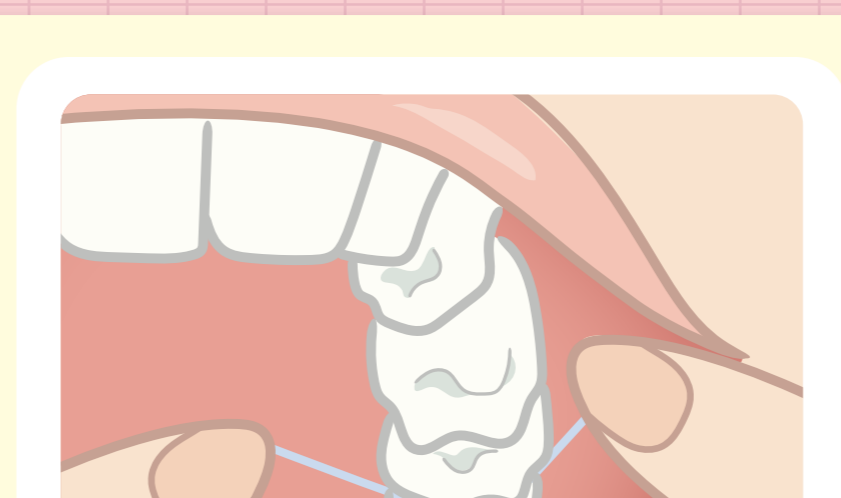
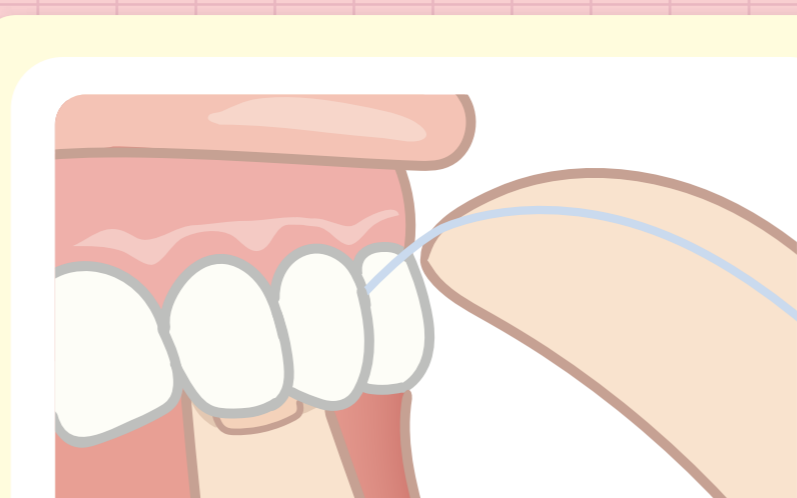
▶ 前牙利用拇指和食指來操作



▶ 後牙利用雙手的手指來操作



▲ 環形操作法



二手手指繃緊牙線
切入越過牙間接觸
點後，將牙線輕靠一側
的牙面呈C字型包覆，從
牙齦處向咬合面上下
滑動最少5次，再清潔
另一側的牙面

