



解决孩子“成长的烦恼”——

趁着暑假，让牙齿改“科”归正

改造

◆牙齿矫正

改善牙齿歪七扭八、爆牙、“地包天”

华丽变身中，最容易被忽视的是牙齿。想想看，如果你的牙齿歪七扭八、爆牙或是地包天，无论你的五官多美丽、精致，开口一笑，瞬间就“女神”变“恐龙”了。很多人牙齿参差不齐想去矫正，可又担心在箍牙那漫长的时间里，戴着牙套很难看，甚至被人叫做“箍牙仔”或“牙套妹”。廖晖明告诉记者，“其实，箍牙有多种选择，有些可以在‘悄然无声’中完成牙齿矫正。

传统固定矫治器：一般是金属做的托槽，也就是我们平时经常看到的“箍牙”方式。这种矫正方式从20世纪20年代就已开始，目前技术已相当成熟，医生操作相对容易，而且经济实惠。在现有的牙齿矫正者中，绝大部分的人仍选择这种方式。

舌侧固定矫治器：这种矫正器的外观和原理与传统的固定矫治器接近，不过它的托槽粘在牙齿的内侧，说话时不会被看到，具有“完全隐形”的效果。舌侧矫治技术早在上世纪70年代就出现了，现在已经变得更成熟。价格比传统矫治器贵。

陶瓷固定矫治器：托槽材料多为陶瓷，由于颜色与牙齿相近，而达到隐形的效果。

◆牙齿美白

改善色素沉着、四环素牙、牙釉质发育不全、牙体发育不全

如果把牙齿正畸比作“建房子”的话，那么牙齿美白就相当于“装修”了。如果你的牙齿虽然整齐，但并不白，医生会首先用最简单的办法处理——洗牙、喷砂、抛光。一次洗牙后，牙齿上的牙结石或因喝咖啡、喝茶、吃巧克力引起的色素沉着问题就可能解决了。但如果你的牙齿是因四环素牙、牙釉质发育不全、牙体发育不全而导致的不美，可能就需要大动干戈了。

皓齿美白：“皓齿美白”是最新流行的美国牙齿美白技术，在美国，已有超过100万人用皓齿美白技术美化牙齿，被称为效果最好的午休美容项目。其弥补了传统牙齿美白技术的不足，美白效果更直接持久，迅速在欧洲、日本、韩国、中国普及。

医生根据色素侵入牙齿的深浅程度，为患者选择不同的治疗方案。皓齿美白技术针对常见的牙齿颜色偏黄和轻中度四环素牙给予无痛的、不需麻醉的治疗。60分钟后，就能还原牙齿的美白，让牙齿立刻亮起来。

瓷贴面：“很多美女明星的洁白牙

透明隐形矫治器：这种矫正方式已开展十多年，由于不使用托槽而被称作“隐形矫治器”。具体的矫正方法是，先取牙齿模型，然后用计算机模拟牙齿矫正时移动的过程，设计出一系列（一般约10—40个）塑料透明牙套。每天要戴20个小时，只有吃饭时才摘下来。由于塑料牙套有足够硬度及弹性，利用它的弹性把牙齿向预定的方向调整。每两个星期按顺序换戴下一个新的牙套，直到牙齿矫正到预想的位置。矫治时间的长短依牙齿不规则的程度而定。

“一般来说，矫正牙齿至少需要一年时间。”廖晖明表示，牙齿矫正的诊断和相对完美的方案设计非常重要，一个完美的矫正设计方案可以保证矫正效果。矫正期间可能需要患者多次往返医院，所以暑假矫正对学生来说有优势。一般矫正前要先拍X光片，以了解牙齿、骨骼及面部情况，并取石膏模型，再制定矫形方案。如果牙齿与骨骼不匹配的，可能需要拔牙，如果有烂牙或牙结石的，需要先进行补牙、洗牙等治疗。当矫治器佩戴好后，只需每两个月到医院进行复诊、调整即可。

文、图：今日女报 / 凤网记者 李诗韵

每年6月，都被称为“蜕变月”——

高考结束遇上大学毕业季，整容话题再次火热。当大家都在关注女神们的脸上是否打过一针或开上一刀时，你是否正在羡慕她那干净洁白的笑容？

牙缝大、牙不齐、小黄牙……曾有一项调查数据显示，牙齿不好看是年轻人求职交友的“隐性障碍”，导致近八成青少年产生自卑心理。所以，要解决“成长的烦恼”，不如趁着暑假来一次华丽大转身，从牙齿整容开始，重拾自信的笑容吧！



廖晖明（长沙优伢仕口腔医院院长）



专家

“小钢牙”也能“矫正”脸型

据智联招聘网的一项调查表明，“拥有一口整齐亮白皓齿的人，在工作、学习、社交上更受欢迎”，这也是为什么小小的“钢牙”，近年来却在国际上引领起“大风潮”的原因。

“有些孩子排斥箍牙，认为‘小钢牙’很难看，其实这在国外，也是一种潮流。”廖晖明说，不少学生尤其是女生对传说中的“钢牙牙套”有很强的抵触感，害怕戴上钢牙后的她会变得“另类”。其实这样的担心完全是多余的，我们的邻国日本和韩国，甚至是一些欧美国家，佩戴牙齿矫治器的人不在少数，学生人群是主力军。他们将这副“钢牙铁齿”视为自己的良朋益友，一口好牙不单能够带给人清爽利落的视觉感受，也能有效帮助我们享受生活。牙列不齐患者很容易患上龅齿，对咀嚼功能也会产生影响，而且影响美观。

患有牙列不齐，一定要及时佩戴矫治器。通常来说，成人牙齿矫正会比少年时期难度更高一些，佩戴牙套的时间也更长，这是因为成年后，牙齿骨骼生长已趋于稳定，不如少年时期的可塑性高。



热点

毕业季的“整牙热”

低着头，不说话。妈妈着急地跟口腔科医生交流着，可她坐在椅子上，一言不发……看看资料，沉默的小姑娘今年17岁，刚高考结束，一脸清秀、皮肤干净，可怎么就不爱说话？

妈妈告诉医生，女儿长着一口“地包天”的牙齿，从小被同学嘲笑，所以养成了这种不喜欢与人交流的内向性格。

在长沙优伢仕口腔医院，从早上8点到晚上8点，每天都有数十位患者进行各种口腔诊疗，口腔医生不停地忙碌着。

一到暑假，这儿就更是人山人海。“每年的6、7、8月都是牙齿‘整容’的高峰期，光是做矫正的，每个月平均都有70人。”长沙优伢仕口腔医院院长廖晖明告诉记者，除了牙齿矫正，暑期牙齿“整容”的项目中，最受欢迎的还有牙齿美白。

“和国外孩子的意识不同，中国孩子对牙齿的关注较少，所以治疗年龄也偏大。”廖晖明介绍，通常而言，矫正牙齿的最佳年龄应该在12—14岁，但从现实情况看，大多数中国孩子做牙齿“整容”都推迟到了16岁后，也就是高中时期甚至大学毕业。