

如果你有一副令人称羨的脸庞，但张开口那一瞬间，满口烂牙和黄牙表露无遗，还有一股令人受不了的口臭，这时别人对你的印象会大打折扣。从这一点看来，口腔功能不仅要实用，也要具有美感，因此美容牙科随之发展，为求达到完善的牙齿美观的效果。

美容  
醫學

# 太小美齒得不償失 最好>20歲 牙穩不分離

## 改善笑容 提高自信

“美容牙科 (aesthetic dentistry) 几乎涉及所有的牙科领域，只不过它没有深入牙齿手术部分。它可协助改善患者的笑容。在进行这方面治疗时，必须注重口腔的清洁，任何口腔疾病必须提早处理，确保上下颔的稳定性后，我们方可为患者继续进行牙齿美容部分。

我们的工作尝试提升患者的社交生活、自信和自尊，尤其当他们找寻一份工作或结婚伴侣时，这些元素对他们来说何等重要。这时只要助他们一臂之力，就能让他们从中看到机会。

一般上，他们是自愿约见美容牙医，没有任何人强迫他们前来，他们进行牙齿美容前，都会先完成所有的口腔治疗，然后再做进一步牙齿美观的提升，这完全根据患者的需求而进行的。

患者第一次向我们咨询时，我们不需要以复杂或广泛的治疗工作进行治疗，我们只需取得牙齿照片和暂时牙齿模型来呈现他们所求的牙齿与牙龈均衡美感，这个部分对我们来说是很重要的。在整个治疗过程中，我们以缓慢速度进行，没有限时和截止日期，除非出现任何紧急情况。

根据我们的经验，刚开始在大马进行美容牙齿治疗是蛮辛苦的，你要让大众了解这方面治疗的好处确实不容易，不过经过两年的努力，很多人能够接受这种治疗了。

## 上下颔成熟才治療

20岁以上的女性及22岁至24岁以上的男性较适合进行各类牙齿美容治疗，因为需要等到上下颔发育成熟才能实施这类治疗。如果在尚未成熟的颌部位进行治疗，牙齿可能不稳固，牙齿会相互分离，对我们来说，这是具有风险的治疗。牙齿的美观来自于日常的保健。根据卫生部统计，10个大马中有9人患有牙周病和龋齿(蛀牙)，如果你的牙龈色泽不是淡粉红色，且红肿、有口疮、受到感染、口臭，刷牙时会流血，你就要注意了。

几乎每个人的口腔都会出现以上状况，这是因为我们都忽略了牙齿保健，一般上，我们刷牙只能去除50%牙齿，每天用牙线清洁牙齿可去除另20%牙齿，其余的需要牙医来解决。因此，每隔6个月需要检查一次牙齿。如果6个月没有去牙医诊所检查牙齿，牙齿将出现出问题，12个月后，依然没有检查牙齿，问题将严重化，不仅牙龈红肿，牙齿还会松动。当然不是每个人都会患上晚期牙龈疾病，有的会患上中度牙龈疾病。

如果6个月没有去牙医诊所检查牙齿，牙齿将出现出问题，12个月后，依然没有检查牙齿，问题将严重化，不仅牙龈红肿，牙齿还会松动。当然不是每个人都会患上晚期牙龈疾病，有的会患上中度牙龈疾病。



星洲日報 養生 | 筆錄 王真玲

## 個性化打造完美微笑

美容牙医所使用的牙科材料：

1. 全瓷牙贴片 (porcelain veneer) 和复合树脂贴片 (composite veneer) 是坚固的牙科材料，可以掩盖各种牙齿缺陷。以牙贴片取代牙箍，可以免除拔牙程序和不需要昂贵的费用，有些人不想影响社交生活，避免在人前戴着一排套上牙箍的牙齿。况且牙贴片可以在短时间内套上使用。
2. 瓷冠 (porcelain crowns) 用于覆盖受损的牙齿。
3. 瓷牙桥 (porcelain bridgework) 可弥补缺失的牙齿，中间的缺齿以两旁的牙齿作为桥墩，为缺齿的位置建立桥梁。
4. 植牙。在牙根置入金属取代缺齿，然后套上牙冠，让整个牙齿结构看起来更自然。
5. 使用陶瓷嵌体和复合材料作为补牙材质，这些材质都会在诊所或实验室完成。
6. 牙齿矫正器 (orthodontic aligners)。根据患者的牙齿形状作进一步矫正。
7. 平滑或重塑牙龈。有些人笑起来时会露出大面积牙齦，牙齿显得特别短，美容牙医试图将暴露的牙齦削减一些，看起来有更多牙齿以展露更多笑容。
8. 漂白牙齿是人们最普遍的需求，大家希望在微笑时能露出雪白的牙齿。很久以前，它被认为是一种具有腐蚀性质的过程，以去除牙齿表面的结构，现在用氧化氢 (hydrogen peroxide) 氧化牙齿表层，并在1个小时内看到洁白效果。你也可以把这漂白牙齿家庭套件带回家，自己每天使用，两周内你也会看到同样效果。
9. 数字微笑设计 (digital smile design) 是一个新概念，在市场上已有10年之久，它是一种牙齿美观修复手段，根据患者的笑容、脸部轮廓、性格、生活方式而设计。美容牙医会为患者拍下多张照片，如果允许实时性更好，从而更加了解患者的谈吐、笑容以及脸部表情，尝试了解他们的要求而做进一步的设计，过后制作暂时性的牙齿模型供佩戴，然后让他们回去面对家人和朋友。两周后，要求患者回来让他们向牙医针对两周的适应能力提供意见，尔后做进一步调整。最后大家达到一个共识后，正式为患者进行牙齿配。

## 不再是長者問題 23.1%大馬成人缺牙

据卫生部口腔保健部门统计，缺牙是成年人和长者的问题，23.1%年龄介于35至44岁成人和76.1%年龄介于60至70岁长者少于20颗能够操作的牙齿，这是一种资讯。

其实缺牙问题不应发生在35至44岁的成人，更何况马来西亚人平均寿命超过70年，因此我们一定要均衡饮食和使用正确的咀嚼方式。

有好几位患者因缺牙让他们感到痛苦，大部分原因是，早期被错误判断而拔除牙齿以保护其他牙齿，当然，不能保存的牙齿肯定要拔除，即便让它们存在只会造成更大的损害，我们希望以最好的方式来保存他们的牙齿，且越长越好。



瓦基勒牙医 (Hussein Al-Wakeel)  
国际医药大学 (IMU) 口腔健康中心主任

避免牙龈疾病严重化，你必须：

1. 每天刷牙两次，在刷牙时，牙刷容易清除牙垢。
2. 每天最少1次使用牙线清洁牙齿。
3. 确保每年两次前往牙医诊所检查牙齿，牙医会使用专业方式清洗平时不易清洗的牙齿部位。
4. 避免吸烟。