



口腔健康

口腔健康是全身健康的重要组成部分。了解如何养成良好的口腔护理习惯，对您服务对象的整体身心健康具有重大意义。存在智力和/或发育障碍（IDD）的人士通常会比一般人群遇到更多的口腔健康问题。

牙齿护理不当会导致营养不良，影响个人的整体健康。预防性牙齿保健对保持口腔健康至关重要。得到良好照顾的牙齿可以陪伴我们一生。

目前的统计数据

加利福尼亚州

- 20%的成年IDD患者报告说，他们在过去一年中没有进行过口腔检查。疫情期间，这一数字上升到了39%。
- 平均而言，16%的家庭成员声称，他们患有IDD的家庭成员遇到了口腔健康问题或其他牙齿问题。
- 大多数患有IDD的儿童和成人都需要自己支付牙科费用。

数据来源：加州国家核心指标调查数据[18-19财年](#)和[19-20财年](#)

美国

尽管美国IDD人群的牙科数据有限，不过特奥会运动员的数据可为我们提供一些IDD人群牙科需求的相关信息。

- 47% 有牙龈疾病的症状。
- 25% 有未经治疗的蛀牙。
- 9%接受了紧急牙科转诊。
- 12%存在口腔疼痛。

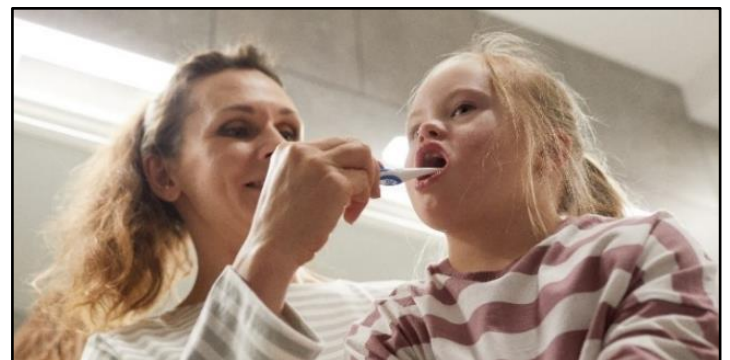
数据来源：[特奥会](#)

该去看牙医的迹象

- 疼痛、敏感或牙痛。
- 牙龈敏感、出血、感染或发炎。
- 进食困难。
- 口干。
- 下巴疼痛。
- 口腔内、嘴部周围或头颈区域出现斑点、溃疡或肿块。
- 牙齿缺失、松动或分离。
- 异常行为（如打脸或咬人）。
- 持续性的口臭或怪味。
- 假牙或局部假牙佩戴不合适，或造成疼痛或不舒服。



资料来源：DDS临床服务



健康和公告由发展服务部编制，旨在提醒直接服务提供者、区域中心和其他人等，留意在我们社区发现的特定风险。

请接受以下调研，就本公告予以反馈，提出改进建议：[公告调研](#)

药物和口腔护理

药物会对牙齿产生不利影响。接受服务的个人最近的病史以及目前正在服用的药物（包括维生素、补充剂、处方药和非处方药）牙医都应知情，因为这些可能导致口腔健康问题或后期进行口腔治疗时出现并发症。

由药物引起的牙齿问题：



- 异常出血
 - 进行牙科手术时，阿司匹林和抗凝药物可能会导致出血风险的增加。
- 味觉变化
 - 心血管药物、中枢神经兴奋剂、非甾体类抗炎药、呼吸道吸入剂和戒烟产品会影响味觉，并可能导致嘴里出现苦味或金属味。
- 软组织不良反应
 - 降压药、免疫抑制药物、口服避孕药和化疗药物都可能导致口腔溃疡。
- 牙龈组织肿胀
 - 抗癫痫药物和免疫抑制剂可能导致牙龈组织肿胀。钙通道阻滞剂、避孕药或激素类药物也可造成牙龈肿胀。
- 口干
 - 这一症状常见于患有焦虑症、自身免疫性疾病或内分泌疾病的人士，或以非口腔进食方法吸收营养的人士。
 - 许多药物会导致口干，从而刺激软组织，增加感染、牙菌斑堆积和蛀牙的可能性。
 - 请咨询医生或药剂师，您的服务对象在服用这些药物时是否会出现口干。



其他考虑因素：

- 糖是口服药物的常见成分。长期服用甜味药物的人士患蛀牙的风险更高。如果可能的话，请与您服务对象的医生讨论能否改服无糖的药物并在吃饭时服药。
- 在接受可能影响牙齿、牙龈或颞骨的癌症治疗之前，应该先进行任何必要的牙科治疗。



资料来源：DDS临床服务



健康和公告由发展服务部编制，旨在提醒直接服务提供者、区域中心和其他人等，留意在我们社区发现的特定风险。

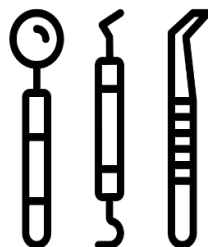
请接受以下调研，就本公告予以反馈，提出改进建议：[公告调研](#)

有以下情况的人士出现口腔问题的风险较高

- 导管喂食。
- 吸烟。
- 服用影响口腔或牙齿的药物。
- 饮食不良。
- 神经肌肉疾病。
- 心血管疾病。
- 胃食管反流。
- 癫痫。
- 糖尿病。
- 口干。
- 认知障碍。
- 焦虑/抑郁。
- 骨质疏松。
- 免疫系统受损。
- 年龄较大。
- 慢性疾病。
- 自残行为（口腔相关）。

看牙前的准备工作

- 您的服务对象如有任何特殊需求，请告知牙科团队。
- 在治疗开始前，帮助您的服务对象熟悉他/她将要面对的情况。
- 了解您服务对象的牙科病史，并告知牙科团队。
 - 看牙时携带重要的医疗文件。
 - 携带完整的、最新的保险和账单信息就诊。



资料来源：DDS临床服务

特殊考虑因素

- 通过导管喂食的人士仍然需要每天保持口腔卫生。即便一个人没有通过口腔摄入食物或饮品，每天细菌也会以牙菌斑的形式附着在牙齿表面。通过导管进食的人士通常摄入了大量矿物质，导致大量牙垢堆积，需要每天至少刷牙两次。
- 患有神经肌肉疾病的人士可能会面临挑战，因为他们的口腔肌肉长期处于僵硬或松弛状态，使口腔护理变得更为复杂。在接受牙科护理时，存在流口水、易作呕和有吞咽问题的人士可能也需要特别关注和帮助。
- 刷牙时可使用张口器等工具来撑开嘴巴。

资料来源：DDS临床服务



健康和安​​全公告由发展服务部编制，旨在提醒直接服务提供者、区域中心和其他人等，留意在我们社区发现的特定风险。

请接受以下调研，就本公告予以反馈，提出改进建议：[公告调研](#)

支持您的服务对象养成良好的口腔护理习惯

- 提醒您的服务对象每天刷牙两次，每次2分钟。使用定时器或播放一段持续2分钟的音乐。
- 每天使用牙线。
- 如果您的服务对象难以握住这些物品，自适应牙刷和牙线架可能会有所帮助。
- 若刷毛出现磨损，请及时更换牙刷。牙刷应每2至4个月至少更换一次。
- 提醒您的服务对象以与牙龈线成45度的角度刷牙，以更好地清除藏匿在齿缝和牙龈周围的食物和细菌
- 帮助您的服务对象每6个月预约一次牙医。
- 如果可能的话，建议您的服务对象少摄入含糖的食物和饮料，以及尽量在吃饭期间食用，而不是两餐之间。



- 请勿让您的服务对象与他人共用牙刷。如果您的服务对象居住在护理院或共住环境中，请为其牙刷贴上标签进行区分。
- 假牙应该每天早晚取下，并用适当的清洗剂进行清洁。
- 提醒您的服务对象，取下假牙后，应用牙刷刷牙龈和口腔上颚。

资料来源：DDS临床服务

让您的服务对象在看牙时感觉更加舒适的技巧

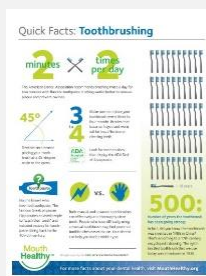
- 去就诊之前，与牙科团队讨论您服务对象的舒适度要求和理解能力。
- 脱敏访问可在任何医疗程序或治疗之前帮助您的服务对象熟悉牙科诊所、工作人员和设备。
- 使用社交故事等视觉性支持和“说-示-做”技巧，帮助其缓解看牙焦虑。
 - [社交故事](#)有助于将您的服务对象可能觉得难以理解的情况解释清楚。
- 让您的服务对象在限制最小的情况下去看牙医，您可以主动提出带一些能增加他/她舒适度的物品（心爱之物、毛绒玩具或耳机），或者就诊期间在附近陪伴。
- 带上太阳镜，以遮挡牙科诊所明亮的灯光。
- 预约不太忙的时间段前去就诊，避免给人匆匆忙忙之感。

资料来源：DDS临床服务

其他资源

- [寻找低成本的口腔保健](#)
- [为拥有Medi-Cal牙科保险的服务对象寻找医疗提供者](#)
- [Medi-Cal牙科服务Smile California](#)
 - [护理人员须知](#)
 - [视频](#)
- [区域中心口腔保健计划](#)

可下载的信息图



您可以下载这张由美国牙医协会制作的信息图，了解有用的刷牙方法：[信息快览：刷牙](#)



健康和安​​全公告由发展服务部编制，旨在提醒直接服务提供者、区域中心和其他人等，留意在我们社区发现的特定风险。

请接受以下调研，就本公告予以反馈，提出改进建议：[公告调研](#)