

# 出牙:

## 会出现什么情况?

### 婴儿的口腔卫生

婴儿的第一颗牙是在周岁前长出，这个过程就叫做出牙。

#### 出牙是一个自然过程

您的婴儿出生时就有20颗牙隐藏在牙龈下面。

出牙就是这些牙齿从牙龈中长出来的过程。

第一颗牙通常在6至10个月内长出，其余的在以后二、三年内陆续长出。这只是一个参考，每个孩子都不一样。

因为每颗乳牙都为今后的恒牙占了一个位置，所以，保持乳牙的健康就很重要。儿童一般在6至12岁时换牙，第一恒磨牙首先从幼儿第二乳磨牙后面长出。

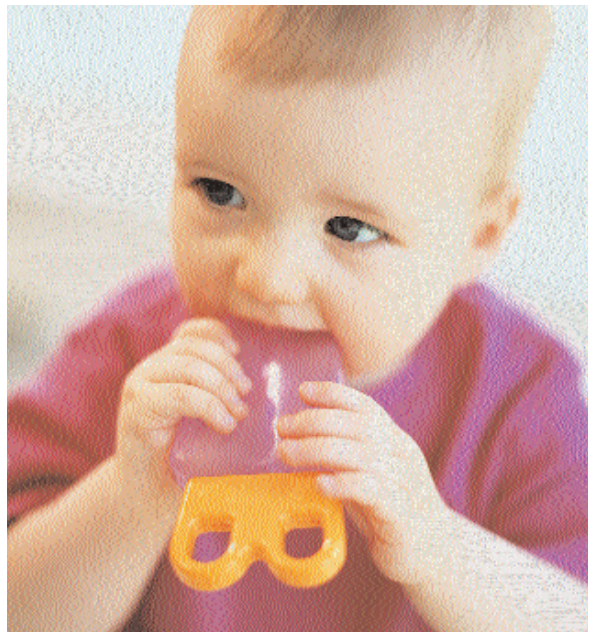
#### 出牙有共同的症状

出牙会给您的婴儿带来较小的不适。随着牙齿从牙龈中长出来，您可能会看到以下症状。这些症状都是出牙过程的一部分，所以您不必担心。您的婴儿会：

- 流涎
- 脾气更坏，更容易发怒。
- 面颊发红，牙龈变红、变肿
- 想咀嚼东西

#### 切勿混淆出牙与生病

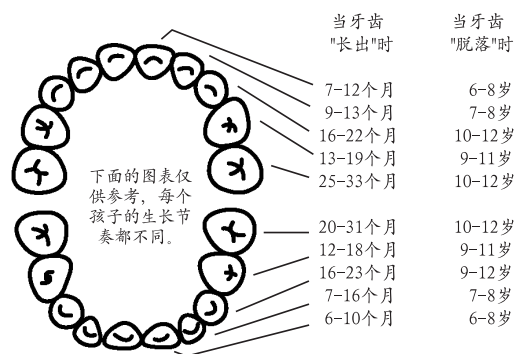
发烧、鼻塞、流鼻涕或腹泻都不是出牙的症状。把这些症状归咎于出牙会耽误诊断，如中耳炎、尿路感染、脑膜炎或其它细菌或病毒性感染的诊断。如果您拿不定主意，请向电话健康服务部了解详情。



## 在出牙时您可以给婴儿提供帮助

请您遵守以下提示，帮助您的婴儿安全对待出牙：

- 用手指为婴儿受刺激和肿起的牙龈按摩几分钟。在按摩牙龈时，使用一块经冰箱冷藏后的干净湿布，这样效果更好。
- 婴儿通过咀嚼坚硬光滑的东西来按摩自己的牙龈。给他们一个出牙圈，或一块已冷藏的湿布。
- 给孩子一瓣凉香蕉。切勿给他们坚硬食物，如胡萝卜，这些食物会引起窒息。
- 如果这些建议都不起作用，您可以按婴儿剂量每天给孩子服用一次醋氨酚（非处方镇痛剂）。除非您有医生建议，否则不应使用非处方凝胶。



如要了解更多的资料，请拨打以下电话联系：  
咨询电话 1-800-268-1154 - 在多伦多拨打 416-314-5518  
TTY 1-800-387-5559  
网址：[www.gov.on.ca/health](http://www.gov.on.ca/health)  
或与当地公共卫生部门联系。

**For information in English, contact:**  
**1-800-268-1154 – Toronto 416-314-5518**  
**TTY 1-800-387-5559**  
**[www.gov.on.ca/health](http://www.gov.on.ca/health)**

**Based on materials developed by the City of Ottawa,  
People Services Department**