



與 健 康

牙科 黃 混 生

牙齒在消化器官的起始部是重要的咀嚼器官。用堅強的牙齒完全咀嚼，才能完全消化食物。故德國格言云「Gut gekant ist halb verdant」就是說明健全牙齒和咀嚼的密切關連。美國的Fletcherism(Fletcher氏的完全咀嚼法的長壽法)同樣在強調完全咀嚼在保健上之意義。

齲齒是人類疾病中蔓延最廣，為害最大的疾病之一，在學校兒童佔95%的齲齒率。由齲齒所引起的牙冠的崩壞，使人類最重要的咀嚼器官失去本來的機能，齲齒內變或細菌的繁殖。

每天有數百萬的細菌混入食物而吞下，咀嚼力的減少或不平均可引起頤骨發育不全，顏面骨發育不調和等。咀嚼時的不方便和疼痛引起性情暴躁，神經衰弱等。齲齒再進行時齒髓或壞疽，已根管細菌侵入齒根端周圍組織，而引起膿瘍，心臟內膜炎，神經炎及腎炎血管硬化及其他的重症全身病。由一個齲齒所引起全身感染的所謂 Focal infection，有許多的報告已無疑問，故我們從事醫學的人不可以因我們的社會缺少衛生思想，一般人或一部分醫學者對齒科疾患的漠視而氣餒。醫學的價值在於貢獻人類健康多少而定，不在少數人的評價而定，故學齒科、口腔科者應有自覺和自尊才對。

齒科學上自古代的Hippocrates，中世紀的Leonardo Da Vinci(意大利人，Renaissance文藝復興時代偉大的畫家之一，「蒙娜莉莎」微笑之作，首創實地解剖，對頭頸部，上頤骨，上下頤骨和牙齒的解剖情況，具有獨創之處。) Andreas Vesalins(人體解剖學大家，對牙齒，牙髓解剖情況描述甚詳。)下至近代的 Pierre Fanchard 1678—1761(巴黎人，近代科學化齒科之父，今日齒科學之進步 源導於他的齒科學全書(1728年)。August Tavean, Godliebe.W.D.Miller(美人在柏林大學任牙科牙體復形學多年，首倡齲齒的化學細菌說。)Orban. G.V.Black等諸多學者之貢獻，使牙科在醫學科學上建立特殊的地位和貢獻。使已經崩壞之牙齒咀嚼器官用人工材料能恢復其原形和美化外觀，和正常咀嚼消化機能，這樣能把一個已崩壞的Organ修復其原形和恢復其機能，在我們醫學科學上可謂獨創一格。雖然不被人所重視，然其貢獻人類健康，美容上功勞誠莫大矣。

今日社會的成人及小孩，對口腔衛生和清潔牙齒都不關心，有的十多歲的小孩已有齒石沈着物的

發生，引起牙齦發赤，刷牙流血，發生口臭的所謂齒槽膿漏病，口腔衛生之退步比歐美國家真有天壤之別。此因可能由社會衛生思想的未發達，欠少衛生宣傳，欠少人羣集中的衛生設備，如學校診所，工場齒科診所，要改進此種欠缺點，需要齒科醫師和齒科學生之努力，始能達成改造社會一般對口腔衛生的無關心和錯誤觀念。

「A clean tooth never decay」 「清潔的牙齒決不腐蝕」此標語在口腔衛生上其意義誠大，齲齒的發生係由口腔內的酸而引起的事實，早在古代的Aristotle 時代就知道，後來至1885年柏林大學的W.D.Miller教授，發表齲齒病理的化學細菌說，The chemico-parasitic theory到此時解決了齲齒的病理。殘留在口腔內的食屑由口腔細菌的作用而發酵產生乳酸，因此琺瑯質(牙釉質) Enamel 被溶解再加上咀嚼時約一百多磅的咬合壓力而發生缺損，進而牙本質(象牙質) Dentin也被溶解成齲洞。由Miller的學說，大家都過份相信清潔的口腔不發酵，也不發生齲齒的理論，故大家只注重牙齒的清潔而不注意到如何能使牙齒得到對齲齒免疫的問題，就是如何使牙質堅強的問題，堅硬的牙質比脆弱的牙質有抵抗齲齒的能力是已知的事實。故要如何造成堅強的牙質與食物問題就是營養問題有密切的關連。需要石灰鹽沈着的組織，如骨骼、牙齒，都需要充分維他命的供應，攝取缺少維他命的食物會引起齒質鈣化不充分，齒質變成脆弱而易發生齲齒，故預防齒科學應注重營養問題的研究，才能達到改善齒質的目的，日常看到不注重口腔清潔的鄉下人比注重口腔清潔的都市人少發生齲齒，就是鄉下人的食物合於自然的理法而富維他命的關係。同樣的理論，要造成孩子們的牙齒質的堅強，母親需要在懷孕時一最好在第四個月時就是乳齒開始鈣化時攝食充分的維他命和富鈣質的食物。當我們咀嚼食物的時候多使用牙齒，也是強齒法之一。多使用牙齒其咬合壓力使血液循環良好，促進鈣化和頤骨的平均發育，多咀嚼的關係，齒冠部被磨擦加上唾液的洗滌，發生所謂自淨作用 selfcleaning。可預防齲齒的發生。綜合以上的理論，可得到預防齲齒的三原則就是：

- 一、使齒質堅強
- 二、保持牙齒的清潔
- 三、日常多用牙齒咀嚼食物