

# 年轻人出现牙齿松动不要轻视

你是否以为，牙齿松动是岁月专属的“印记”，仅与老年人相关？如今，越来越多的年轻人也出现了牙齿松动的情况，这给他们的生活平添了不便与烦恼。那么，牙齿为什么会松动呢？松动了又该怎么办呢？本期，我们就一起来了解一下。

## 什么是牙齿松动

正常情况下，牙齿即使处于健康状态也会有一定的生理活动度，主要体现在水平方向，也有极微小的垂直方向活动度，松动距离均不超过0.02毫米，很难被我们察觉。这种生理活动度可以帮助牙齿缓冲一定的外力，从而保护牙齿。一旦牙齿活动度超出了正常生理范围，就称作牙齿松动，需要提高警惕。

牙齿松动程度分为3个等级。Ⅰ度牙齿松动为牙齿在颊舌方向（即口腔的内外方向）的活动度在1毫米以内，在其他方向没有活动度。Ⅱ度牙齿松动为牙齿在颊舌方向的活动度为1毫米~2毫米，或牙齿在颊舌方向及左右方向均有活动度。Ⅲ度牙齿松动为牙齿在颊舌方向的活动度超过2毫米，或牙齿在颊舌方向、左右方向及上下方向均有活动度。

从Ⅰ度到Ⅲ度，牙齿松动的程度越来越严重。Ⅰ度和Ⅱ度牙齿松动时，牙槽骨吸收程度较轻。Ⅲ度牙齿松动时，牙龈萎缩，牙槽骨变短，牙根受到重创，牙齿容易脱落。



王辉为患者诊治。

## 牙齿松动的原因

### 牙周病

牙周病在人群中普遍存在，它是牙齿松动的主要原因。人们患上牙周病后，牙周膜长期受慢性炎症刺激，使得牙周膜纤维遭到破坏，无法支撑牙齿，导致牙齿松动。

### 外力伤害

在日常生活中，碰撞、跌倒等外力作用会使牙齿受到伤害，还有些人喜欢咬食过硬的食物或者用牙齿开啤酒瓶盖等，这都会导致牙齿松动。这是因为过大外力破坏了牙周膜，牙齿和牙周膜之间的弹性纤维受到影响，进而导致牙齿松动。

### 牙周变形

牙周变形一般在年轻人中出现。牙周变形是牙周组织发生退行性改变引起的，一般出现在上下前牙和第一磨牙。牙周变形会导致牙齿松动甚至移位，使得牙齿排列变得稀疏，还会使牙齿前凸。虽然这种疾病发病率较低，但是危害极大，很容易导致患者全口牙齿缺

失，所以应该注意预防。

### 牙周膜的急性炎症

牙齿的急性根尖周炎或急性牙周脓肿可使患者牙齿出现明显松动，这是由于牙周膜充血水肿及组织液渗出所致。患者的急性炎症消退后，牙齿松动可有一定程度的改善。

### 牙周手术

手术创伤及组织水肿，导致患者牙齿会有暂时性活动度增加。

### 女性激素水平变化

妊娠期、月经期及长期口服激素类避孕药的妇女，可有牙齿活动度增加。

### 其他原因

生理性（乳牙替换）或病理性牙根吸收（囊肿或肿瘤压迫等）也可使牙齿松动。有些人患有口腔疾病或者全身性疾病，也会引起牙齿松动，如颌骨骨髓炎、颌骨内肿瘤、坏死性牙龈炎、维生素缺乏症、糖尿病等。

## 牙齿松动的针对性治疗

牙齿松动会加重牙周炎症状，导致牙龈萎缩，甚至使牙齿脱落，影响口腔功能和口腔健康。因此，当出现牙齿松动后，患者要及时就医，寻找病因，予以根治。

### 根管治疗

针对患者急性根尖周炎发作时出现的牙齿松动，治疗方法主要是控制炎症。患者的急性炎症得到缓解后，牙齿松动情况也能减轻或消失。

### 牙周炎治疗

如果是因牙周问题引起的牙齿松动，患者需进行完善的牙周序列治疗，并且要定期复查、定期维护牙齿。严重的牙周疾病患者，其牙齿松动情况会扩散到邻近的牙齿，此时拔除没有保留价值的牙齿，不失为一种比较好的治疗方法。

牙周炎引起的牙齿松动，患者应及早就诊。医生通过对患者牙齿的洁治、龈下刮治，去除牙齿周围的牙石、菌斑等引起炎症的东西，以缓解患者牙齿周围的炎症，减缓牙槽骨的吸收。

### 牙齿固定

由外力作用引起的牙齿松动，患者越早治疗越好。

轻度的牙齿松动可进行固定处理，一般在固定1周之后牙齿即可稳定，此时再将固定的装置或粘合剂拆除，患者的牙齿就可恢复健康。要固定牙齿，可通过牙周夹板将松动的患牙连接，并将其固定在健康稳固的牙齿上，建立起一个新的咀嚼单位。这样，当牙齿受力时，多颗牙的牙周膜纤维可共同承担咬合力，减轻患牙负担。

### 调整咬合

咬合创伤也会引起牙齿松动，但松动情况可能不明显。建议由医生诊断出有咬合创伤的牙齿，并有针对性地对患者进行咬合调整治疗。

### 手术治疗

因根尖囊肿或肿瘤压迫导致的牙齿松动，患者必须尽早进行检查，采用手术治疗。

### 种植牙

如果牙齿松动度较大，就没有了治疗价值，此时医生一般会建议患者把松动的牙齿拔掉，然后装上种植牙。由于严重的牙周疾病患者，其牙齿松动情况会扩散到邻近的牙齿，因此，医生也会建议患者拔掉周围牙齿。（周口德正医院 王辉）



王辉，主治医师，周口德正医院业务院长。他擅长微创口腔种植修复、前牙美学种植修复、全口即刻种植修复、全口无牙颌种植修复、疑难阻生智齿微创拔除等，善于借助数字化导板与动态导航技术，治疗复杂口腔疾病。

本版组稿 郑伟元

本版图片由周口德正医院提供

协办单位

周口德正医院

联系电话：17639760256