

# 青少年的齒顎矯正注意事項

高雄醫學大學附設醫院 牙科部 矯正科 周思婷醫師

隨著時代的進步，現代社會中家長普遍對於子女成長過程的口腔健康也越來越重視。在門診常有家長因孩子的牙齒排列不整齊或臉型外觀不好看等原因，而來諮詢矯正治療相關問題。青少年常見需要接受齒顎矯正治療的原因，如牙齒排列凌亂不整齊、暴牙、下顎前突（戽斗）、牙齒萌發困難（阻生齒）等。這些異常咬合問題需給專業矯正醫師評估後，再來決定如何治療。關於矯正治療的前、中、後有哪些須要特別注意的地方，以下是簡單的說明，提供青少年患者及家長作為參考。

## <矯正前注意事項>

### 1. 臨床檢查：

臨床檢查時，需要拍攝臉部外觀及口腔內牙齒咬合照片作為紀錄，並加以分析，來了解臉部外觀及輪廓、口內咬合狀況、口腔衛生狀況。另外在張口閉口時，顫顎關節處若有不舒服的症狀時，在矯正前可能需要轉診給專門的醫師做進一步評估檢查。

### 2. X光檢查：

經由全口X光檢查可以知道牙齒的健康狀況（是否有蛀牙或不良填補物）、牙根及齒槽骨的條件是否適合矯正、恆牙牙齒的發育狀況、換牙的情況是否正常、是否有阻生齒的問題。另外，經由側面及正面測顫X光檢查及分析，我們可以了解上、下顎骨的比例及門牙的突出程度，來評估矯正治療的治療目標，以及臉部是否有骨骼不對稱問題。

### 3. 牙齒平行模型分析：

矯正治療評估時也需要有牙齒模型，才能針對上下顎咬合關係、齒列空間是否足夠、牙弓型態特徵、及牙齒個別排列問題進行分析。

## <矯正中注意事項>

### 1. 徹底清潔牙齒：

吃東西後需徹底清潔牙齒，減少因清潔不當而造成牙齒表面脫鈣產生白斑、齲齒或

牙齦發炎的機會。飯後清潔時，可使用矯正專用牙刷搭配齒間刷和牙線，將食物殘渣徹底清除乾淨。

## 2. 矯正器脫落：

避免吃過硬或太大塊的食物，避免矯正器被咬掉脫落或矯正線變形。

## 3. 矯正線滑動突出刮傷黏膜：

有時因咀嚼食物造成矯正線滑脫或刷牙時矯正線被牙刷勾出造成滑動，這時可先試試看將矯正線推回原處，並用軟蠟將突出的矯正線包覆住防止刮傷口腔黏膜，並回診請矯正醫師處理。

## 4. 活動矯正裝置：

如橡皮筋、頭套、活動式牙弓擴大裝置，需配合醫師指示配戴，配戴時間不足夠時則治療效果受影響。

# <矯正後注意事項>

## 1. 維持器配戴：

矯正治療後，牙齒雖然已經排列整齊，但仍會受到牙齒周遭軟硬組織(包含齒槽骨、牙齦、舌頭、口唇顏面肌肉)及咬合力、牙齒磨耗、缺牙和隨著年齡老化的影響，而造成牙齒排列改變，導致牙齒移位。因此矯正治療後，需要按照醫師囑咐，確實配戴維持器，來將牙齒移位的問題盡量減到最少。通常會建議患者，在剛拆矯正器的前半年至一年須每天至少戴 22~24 小時，之後則改為戴晚上睡覺就好。原則上『最少』共需要戴 2 年左右的時間，滿 2 年後若能繼續配戴當然更好！

## 2. 定期回診追蹤檢查：

矯正器拆除後，患者仍須定期回診追蹤，主要是檢查維持器是否有鬆脫或變形，若有則會加以調整。同時也觀察齒列咬合是否良好而穩定，特別是隨著青少年的生長發育咬合也會有所變化。

