

牙齿意外脱落

牙齿脱落比我们想象的更常见，尤其是在运动中摔倒或因事故受到撞击后。



我们应该怎么做？

1. 要冷静且快速地采取行动。
2. 不论牙齿是整个掉落还是只掉了一部分，都应收集起来，并尽快送到牙医处（最好在**第一小时内**）。
3. 应始终从**牙冠**（白色坚硬的部分）**拿住**牙齿，切勿触碰**牙根**（肉质部分）。
4. 应用**流动的水**或生理盐水清洗牙齿，切勿用**肥皂**清洗。
5. 将牙齿运送到牙医处有不同的选择：
 - 首先，尝试将其放回口腔内原来的位置（用餐巾或纱布固定）。
 - 第二种选项是把它放在一个装满牛奶



（最好是脱脂牛奶）或生理盐水的容器中。

- 如果前两种方法不可行，可以将牙齿放入口中并尽量保持在舌下，以防吞咽。

6. 对于儿童，如果掉的是乳牙，不需要带去看牙医。如果是恒牙或不确定，应带去检查。

7. 如果牙齿在外伤中没有掉落，但移动或陷入牙龈（内陷），建议在24小时内咨询牙医。

应该如何预防？

在进行**接触性运动**时应佩戴**口腔保护器**，以防止牙齿掉落。

对于那些曾因意外掉牙并重新植入的人，强烈建议佩戴口腔保护器。