关注儿童生长焦虑③

家长一掷万金 『矫牙焦虑』也需矫正

羊城晚报记者 薛仁政

近日，关于两三岁的孩子就戴上了牙套的新闻不断出现，继“养娃烧钱三件套”牙齿矫正普及化之后，牙齿矫正低龄化也愈演愈烈。牙齿矫正是越早越好吗？到底什么才是有效干预，哪些又是养娃焦虑？羊城晚报记者进行了调查。

图/视觉中国

A 乳牙还没长齐就开始戴牙套

牙齿矫正是口腔健康领域的重要分支，近年来，一些商家将眼光投向低龄儿童口腔市场。有报道称，在我国儿童青少年的错颌畸形患病率高达七成。牙齿排列不整齐，里出外进，是最常见的情况。据《2021年中国卫生健康统计年鉴》显示，2020年年底中国口腔专科医院总数约为945家，其中民营机构781家，占比达83%，有不少机构以儿童青少年作为主要服务对象。

通过网络搜索，记者在广州同样发现了不少以“儿童口腔矫正”为核心业务的诊所，其中不乏评论数量在1000左右的私立口腔诊所。评论中有家长表示孩子已经跟随诊所医生矫正五六年了，表示牙套不影响孩子的学习和休息，效果不错；也有家长表示孩子接受不了，价格过高等。

除了健康因素，大量家长只因为担心未来不美观而选择“早早下手”，因此超低龄矫正已不是“新闻”。在一些社交平台上，家长们还会互相鼓励交流如何安抚两三岁的孩子“乖乖戴牙套”。有家长自豪地说：“我家宝好棒，一声也没哭。”这条评论的点赞超过500条。而当有评论提醒说“乳牙还没长齐，矫正没意义”时，下面的回复大部分在反驳，“你比医生还专业”？

B 牙齿矫正动辄花费数万元

今年，广州市民关女士（化名）看着自家5岁的孩子牙齿长得“东倒西歪”，每一颗牙都有“自己的想法”，这可把她愁坏了。在网上刷到很多儿童牙齿矫正的科普报道和广告后，关女士不禁担心起来：孩子牙齿以后会不会越长越歪？脸部会不会越长越丑？牙齿健康会不会越来越差？

随后，关女士便寻到了一家牙齿矫正的私立医院，跟孩子一起打响了“牙齿保卫战”。医院一套牙齿矫正方案敲定，给关女士开出了三万多元的账单。“医生的方案是用牙模脱模制作牙套，佩戴两年以上，后续还需要根据情况再配新的牙套。”在矫正器选择上，医生不建议选择相对便宜的钢牙套，表示会影响孩子颜值，“怕孩子在学校自卑”，而是推荐了隐形可摘卸牙套。这一套规划下来，“为了孩子的牙齿，前后得投进去小十万。”关女士说。

记者了解到，目前在儿童牙齿矫正方面手段层出不穷，单矫治器的种类就有常见的普通金属托槽、陶瓷托槽、隐形矫治器、舌侧矫治器、头帽肌激动器等，价格功能各异。

有网友分享，因为孩子牙齿存在深覆合的情况，给孩子配备了头帽肌激动器，不仅需要在口腔佩戴，还会像帽子一样佩戴在孩子头顶、后脑勺处。“刚开始戴着难受，晚上实在无法入睡，后来就选择白天佩戴，”有家长分享说，“目前每天需要佩戴12–14小时，需要佩戴六个月左右。”

从家长反映的情况看，头帽肌激动器的使用价格从4000元到15000元不等。“目前看正畸已经取得了一定的效果，孩子的深覆合有好转，牙齿更整齐了。以后怎么样我们也说不好，听医生的。”

C 乳牙替换完毕才是矫正最佳时期

在采访过程中，记者发现不少私立儿童牙科诊所有牙齿矫正过度宣传的倾向。广州某儿童口腔诊所以图片形式宣称“儿童整牙的最佳年龄段是5–12岁”，网络中更有“牙颌畸形越早治疗，花费的时间和金钱成本越低”“儿童正畸后长大后基本不复发”的论调。此类宣传推广让不少家长看着自己孩子的牙齿充满焦虑。生怕孩子错过牙齿矫正的“黄金时期”，于是就出现了在乳牙期就开始戴牙套的“追早”现象。

“其实每个孩子的情况都有不同，家长不必因网络宣传而焦虑。”南方医科大学附属口腔医院（广东省口腔医院）盘福院区牙齿矫正科主任张超介绍，一般来说正畸治疗的最佳时机是孩子生长发育的高峰期，即12–13岁左右。在这个阶段，乳牙已经基本替换完毕，恒牙刚刚开始进行建颌，上下颌的牙槽骨发育也比较好，因此矫正效果较为理想。也有一部分有不良口腔习惯或替牙障碍而影响颌骨发育的孩子需要进行早期干预，但不是所有的孩子都需要。如果怀疑孩子的牙齿需要矫正，应前往正规医院进行诊断，让医生来判断是否需要介入治疗。

“牙齿矫正必须严格遵循医疗标准和规范，遵守科学治疗原则。”有口腔专家指出，相比于儿童牙齿矫正，家长对孩子的“牙齿问题焦虑”也应当一同“矫正”。建议加强科普的同时，加大市场监管力度，严厉打击儿童牙齿矫正市场存在的夸张和虚假宣传等乱象，提高牙齿矫正医生的整体素质水准。

D 政策已针对看牙“高价格”出手

牙齿矫正为何能成为养娃“烧钱三件套”之一？张超介绍，牙齿矫正属于个性化治疗，通常需要较长的时间来完成，从几个月到几年不等，不同材料的成本差异较大，不同机构也会提供各种治疗方案，在商业宣传和网络传播的推波助澜下，牙齿矫正的价格最终居高不下。

针对包括牙齿矫正在内的“看牙贵”这一问题，2023年9月，国家卫生健康委等四部门联合印发《关于进一步推进口腔医疗服务和保障管理工作的通知》，明确各地要规范落实口腔修复、种植、正畸等耗材省级平台挂网采购，以省（区、市）为单位，或跨省份联盟形式积极开展口腔科耗材集中采购，促进口腔耗材价格公开透明，挤出价格水分。

“其实，随着技术的进步，一些口腔治疗项目价格已经有所下调。”张超介绍，随着技术的发展和相关部门的介入，未来牙齿矫正价格有望进一步调整。

儿童牙齿矫正：不错过最佳时机，也不过度干预

羊城晚报记者 朱嘉乐 通讯员 王心怡

随着暑期到来，越来越多的家长带着孩子到口腔医院咨询牙齿矫正的相关事宜。近些年来，牙齿早期矫治逐渐成为备受关注的一个话题，家长对儿童牙齿早期矫治格外关注。口腔正畸科专家提醒广大家长，如果孩子牙齿排列不整齐，要向有口腔正畸专业背景的医生寻求专业指导帮助，不错过最佳时机，也不过度干预。

“地包天”3–5岁即可开始矫正

“前来咨询矫正的家长和孩子的主要诉求是美观与功能，其中，美观方面的需求占据了绝大多数。”中山大学附属口腔医院口腔正畸科副主任医师王茜告诉记者，家长们普遍关注孩子的牙齿排列是否整齐、面部轮廓是否协调，以及牙齿的咬合等方面是否正常。

据第四次全国口腔健康流行病学调查报告显示，我国错颌畸形发生率高达74.0%，较大程度上影响近2.6亿儿童的颜面发育。

什么情况下需要早期干预？王茜表示，一是看颌面部是否存在发育的问题，例如地包天、凸嘴等。二是牙齿本身干扰导致功能受损，例如乳牙过早脱落需要维持或扩展间隙让恒牙顺利萌出等。三是有不良习惯，如口呼吸、吮指、咬下唇等，不良习惯可能影响牙齿排列和颌骨发育，亟待早期破除。这些情况下，早期干预至关重要。

例如，如果出现地包天等情况，孩子在3–5岁乳牙阶段是可以进行矫正的年龄段，但开始换牙如7岁后出现地包天则更需要及时治疗，因为孩子换牙后的上颌骨和下颌骨正处于生长发育的关键时期，及时干预可以有效改善面部轮廓和牙齿排列。还有极少数患者由于遗传严重骨性地包天，则需要成年后配合手术。诸如此类，早期矫治是需要由专业正畸医生判断和介入的。

许多孩子在替牙期可能出现牙齿和乳牙相比特别大、往外撇、中间留缝的情况，牙齿不太整齐，中山大学附属口腔医院口腔正畸科主任曹阳告诉记者，有些牙齿问题会随着换牙而自然改善，正畸专科医生会在检查判断之后嘱咐家长保持观察，不一定立即开始矫治。

过早干预孩子辛苦易失去耐心

目前有哪些常见的矫正手段？对于12岁以上已经换完牙的孩子和成年人，可以选择金属牙套、舌侧牙套或透明牙套等不同的矫正方式。对于12岁以内需要早期矫治的孩子，主要有可摘戴的活动矫治器、功能矫治器、金属牙套等。

面部是由遗传和环境共同决定的，从环境因素下功夫存在一定的局限性。恰当的早期矫治，可以为颜面美观、口腔功能起到保驾护航作用。曹阳介绍，早期矫治的各类矫治器大多是由医生根据孩子的情况个性化设计和定制的。比如地包天的孩子可以通过佩戴口内的功能矫治器调整，或口内黏结固定装置配合外部大力牵引，带动颌骨发育。

“当前存在一些家长过度干预的情况，如果孩子在不需要过早开始矫正的情况下戴上牙套，可能会比较辛苦并容易失去耐心，要用恰当的时间以最高效的方式去解决最主要的问题。”王茜说。

专家建议，家长在决定为孩子进行牙齿矫正前，应先到专业的口腔医院进行咨询和检查。医生会根据孩子的具体情况给出专业的建议和治疗方案，既不要错过最佳时机也不要过度干预。同时，家长也应关注孩子的口腔健康习惯，如定期刷牙、使用牙线等，以维护良好的口腔环境。

暑期儿童口腔就诊量是平时2–4倍

佩戴牙套初期会有不适，趁假期帮助孩子更好适应

文/图 羊城晚报记者 张华 通讯员 郭千千

暑假即将来临，学生看牙、箍牙的高峰期也随之而来。记者在广州医科大学附属口腔医院了解到，暑假期间，儿童口腔的患者就诊数量会比平时的时候增加2–4倍，矫牙初期会有些不舒服，家长希望孩子能趁暑假更好去适应。

暑假是学生治疗口腔疾病的高峰期

矫牙初期不舒服，趁暑假更好去适应

“这个孩子初诊的时候上前牙凸得很厉害，我们用了大概一年半的时间，将他的前牙矫正，从12个毫米回缩到3个毫米，基本上恢复正常形态。虽然矫治的时间比较久，但效果是令人满意的。”广州医科大学附属口腔医院儿童口腔科主治医师高旭广介绍，一般来说，孩子初次戴牙套的时候会有一些轻度的疼痛、异物感、发音不清晰、口水增多、吞咽困难等不适。这个适应期大概需要3–7天，大部分小朋友都是可以适应的。

虽然一开始佩戴牙套会有不适，家长也不必过于担心，一般孩子能够配合取模，往往都是可以配合戴牙套的，所以家长不用担心是否花钱做了牙套孩子不愿意戴怎么办？所以在第一次来检查的时候，就会有一个基本的预期了。

暑假差不多有两个月左右的时间，小朋友有更充足的时间来做口腔治疗，像地包天、哨牙、牙缝大等情况，需要使用矫治器时，孩子在暑假里可以更好地适应。

多数是活动矫治器，方便做好口腔清洁

“目前在口腔医院有十几种口腔矫正器。主要分为三种，隐形矫治器、活动式矫治器和固定式矫治器。”高旭广介绍，有的是阻断不良习惯（舔嘴唇，咬嘴唇），有的是间隙保持及阻萌或者矫治牙弓不调等。

据了解，儿童口腔矫正大部分使用的是活动矫治器，即小朋友自己可摘下来，主要为了方便孩子做口腔清洁，预防龋齿的发生。在诊室，记者看到一名小朋友躺在牙椅上，自己动手很轻松就从嘴里把活动矫治器取下来。高旭广解释：“小朋友的牙弓狭窄，戴上这种活动的扩容器，通过扩容螺丝的扩展逐步扩大，就可以把牙弓扩宽，这类矫治器对于牙弓狭窄、牙齿前突的治疗是有一定的效果。一般来说，整个治疗过程，只需要1–2副就可以了。”

若孩子配合度不高，隐形矫治器难起效

隐形矫治器对儿童来说是不是好的选择呢？高旭广表示，对孩子来说，隐形矫治器体积比较小，舒适美观，但是费用相对来说会贵一点，大概需要3万–4万元。

广州医科大学附属口腔医院正畸科副主任医师张斌认为，要比较客观地去评价隐形矫治器，要考虑到不少青少年配合度并不高，隐形矫治器难发挥作用。”

张斌举例说：“有一个孩子矫牙5年，从一开始矫正到他5年后复诊，基本上没什么效果。孩子很可能在家人没有关注到他的时候，因戴着不舒服或者偷懒，自己就取下来了。说明隐形矫治器有它自身的局限性。”

矫牙成“明星同款变美思路”儿童矫牙要警惕“滥扩弓”现象

羊城晚报记者 李可欣

“我家孩子九岁，这种情况能不能扩弓？”暑假正畸热潮再次来临，社交平台上这样的发问也多了起来，不少家长拿着自家孩子的口腔照片在一些科普或经验分享帖子下焦急地寻求答案。

随着网络的发达，公众对于牙齿矫正治疗方式相关信息的可获取途径也越来越多，而“扩弓”这一治疗手段则成了许多想给孩子正畸家长的执念。据此前媒体报道，全国多名口腔专家均表明如今“滥扩弓”的风气已经愈演愈烈，需要警惕。

“我刚放暑假就带着孩子在广州连看了三家医院，其中综合性三甲医院的口腔科和三甲口腔医院的正畸科医生都说不主张扩弓，只有民营口腔机构说可以做。”为了自家9岁的女儿拥有一口漂亮的牙齿，家住广州越秀的潘女士“货比三家”后，最终选择在民营口腔机构进行扩弓及后续矫正。她说自己做决定前看了很多相关的科普文章和视频：“考虑了很久，比起后续可能要拔牙再戴牙套，我还是觉得早点开始扩弓能给小孩一口更好看的牙。”

潘女士提及，网上有很多帖子分析，一些明星正是通过“扩弓”变美了，“面相更大气，笑起来更好看”，并且都附上了前后对比图，这也让她更加坚定了让女儿扩弓整牙的信心。她表示：“年龄越大越难弄，与其让女儿以后发现自己笑起来不好看再后悔，不如早点帮她铺好路。”记者在社交平台搜索发现，确实有很多分析明星扩弓的相关帖子，并且打出了“女明星的变美思路”“美女为何都热衷扩弓？”这样颇具“容貌焦虑”感的标题，多篇评论破千。

据了解，人的牙弓、牙齿排列，是有一定宽度和弧度的，如果小于正常的宽度，就是牙弓狭窄。由于牙弓狭窄，而牙齿数目并没有减少，可能会导致牙齿拥挤、咬合不良，且影响咀嚼功能和面部美观等。但是如果不符合相关适应证，就盲目或过度进行扩弓，可能会影响面部及鼻部发育，以及引发一系列并发症。

而滥扩弓已经成为目前牙齿矫正低龄化的一个缩影。如今许多口腔医疗机构为了迎合家长的焦虑心理，将正畸的年龄门槛一降再降。但需要明确的是，牙齿矫正属于医疗行为，必须严格遵循医疗标准和规范，遵守科学治疗原则。作为家长，一定要理智地擦亮眼睛，不要被错误的矫牙信息所误导，选择正规的医疗机构和专业的医生来进行治疗。

酷暑难耐游泳正当时 远离中耳炎、红眼病这样做

羊城晚报记者 陈辉 通讯员 彭福祥 王媛

酷暑盛夏，游泳成为孩子们夏日解暑、运动的不二之选。游泳在带来凉爽的同时，也可能成为外耳道疾病、中耳疾病、红眼病的诱因。每到暑假期间，广州各大医院都会迎来相关病例就诊高峰。

中耳炎未痊愈去游泳导致再发作

6岁小汪参加夏季游泳班第4天，出现了鼻塞、咳嗽、耳刺痛，家人急忙带他看急诊，诊断为急性中耳炎。小汪父母回忆说，孩子1月前曾出现过鼻塞耳痛病史，吃了几天药耳痛缓解后，父母以为没事，就没有跟进复诊。

中山大学附属第一医院耳鼻咽喉科吴旋主任医师分析，小汪的急性中耳炎发作是由于游泳后鼻子呛水诱发，与上次中耳炎未治愈密切相关，他需积极抗炎一周以上，近期不能再去游泳，否则会引起鼓膜穿孔流脓。

如何降低游泳时中耳炎发生风险？吴旋建议：

1. 选择相对清洁、维护良好的泳池。泳池水质不达标，存在较多的细菌、化学物质，易增加中耳炎风险。

2. 游泳时，使用耳塞保护外耳道，能尽量避免耳道进水。使用鼻夹，正确换气，避免呛水，减少咽鼓管途径致感染风险。

3. 尽量避免跳水、潜水等水压突变动作，减少中耳气压损伤；采用正确的游泳姿势，避免呛水，如呛水后需避免用力擤鼻，防止脏水经咽鼓管逆行进入中耳。

4. 游泳结束后，如出现外耳道进水后闷堵不适，可将进水耳朝下，手指捏住耳廓的顶部，轻轻向后上方提拉，拉直外耳道，尝试同侧单脚站立后跳几次，借助液体的自身重力，让其自然流出，再用棉签或纸巾在外耳道口将水吸干。亦可以尝试用吹风机柔风吹干外耳道。

5. 避免游泳时间过长，减少耳朵在水中的浸泡时间；保证睡眠时间及质量，饮食均衡，提高机体抵抗力。

暑假游泳要提防红眼病

每年暑假也是眼科就诊高峰，除了来配镜矫正近视的孩子外，游泳后眼睛出现不适来就医的也不少。

广东药科大学附属第一医院眼科主任鲍炯琳介绍，游泳容易感染的眼病比较常见的有急性结膜炎、流行性出血性结膜炎（即俗称的“红眼病”）。一般发病特别急，游泳后不到一天就可发病，发病时会感到眼红、发烫、沙涩、刺痛，眼睑红肿，结膜水肿，分泌物多，黏液样或脓样，早晨起床后，眼皮常被分泌物粘住，不易睁开等。这种情况要尽快就医。

有部分孩子游泳后眼睛有些发红，有异物感，不过这很可能不是“红眼病”，而是游泳池水中的氯或其他杂质对眼睛角膜上皮刺激引起的不适。家长可以用人工泪液帮孩子冲洗下眼睛，再观察一两天，多数就可以自行缓解。如果孩子症状加重、眼部分泌物增多，则应尽早到医院排查原因。

如何游泳不伤眼？鲍炯琳建议，孩子游泳时最好选择密封性比较好的游泳镜，减少眼睛接触池水的机会。游泳后立即用淋浴洗脸、洗澡，有条件的可以用人工泪液冲洗眼睛。

图/视觉中国