

換牙期的雙排牙 別急著拔牙

文／廖唯晴 圖／台北慈院提供

「乳齒鬆動脫落，恆齒萌發長出」是大家所知的正常換牙歷程，但要是乳齒尚未脫落，恆齒就長出來而導致出現「雙排」牙齒，就會讓許多家長非常煩惱，擔心影響孩子的進食，擔心將來長大後的齒列排序。

正逢換牙期的六歲小弘，下排門牙處長出兩顆恆齒，但原來的乳牙卻沒有絲毫鬆動，媽媽擔心小弘以後牙齒會不整齊，甚至影響咀嚼，趕緊帶來到台北

慈濟醫院兒童牙科門診檢查。陳宜宏醫師評估小弘的恆齒雖然已經完整長出，但不影響進食，孩子也沒有其他不適，因此建議家長回家只要仔細清潔牙齒，先觀察，不宜急著拔除牙齒。經過三個月後，小弘下門牙的乳齒自然脫落，在後方的恆齒逐漸長回正常位置。

人類牙齒的牙胚從懷孕時期即出現在胎兒口腔中，並在寶寶出生六個月到十個月左右在下排門牙位置長出第一



台北慈濟醫院牙科部陳宜宏醫師提醒家長，如果孩子在換牙階段出現「雙排牙」，先注意口腔清潔，觀察即可，不需急著拔牙。



顆乳齒，二歲到三歲間全部乳齒都長出來。然後六歲開始，恆齒會從乳齒齒列的下方長出，乳齒日漸脫落，約十一歲全數換完，但是部分小朋友會在換牙過程中出現「雙排牙」，被爸爸媽媽緊張地帶到兒童牙科要求醫師拔牙，怕太晚拔掉會造成齒列不整齊，甚至變成咬合不正。國際專業文獻指出，在換牙時期約有五成的小朋友會因門齒紊亂影響美觀與生活品質而前往牙科就診，陳宜宏醫師說明，咬合不正通常是由遺傳、環境與特定因素造成，且有複雜的交互作用進而影響正常的生長與發展。有學者提出咬合不正是飲食與生活型態轉變所造成的一種文明病，認為現在的孩子從小養成喝飲料、吃精製食品，較少使用上下顎而導致牙弓發育不良與齒列擁擠紊亂。但青春期前的兒童是否能透過增進咀嚼能力來改變牙弓的大小與牙齒排列，目前仍待實驗確定。

「換牙時，乳齒的牙根會被下方逐漸萌出的恆齒牙胚吸收、變短，最後剩乳齒牙冠掉落，但要是恆齒的牙胚發育偏向乳齒舌側，就會導致乳齒牙根未被吸收或吸收不全，形成兩套牙齒同時存

在的情況。」陳宜宏醫師指出，不論下門牙空間足不足夠都可能發生雙排牙，因此並不是出現雙排牙就得在第一時間拔掉乳齒，只有當「乳齒晃動造成不適」、「影響孩童進食與營養攝取」、「因清潔死角導致牙齦發炎腫脹」、「兒童有拔牙意願」時才會建議拔牙。陳宜宏醫師強調：「兒童齒列隨著恆齒陸續萌出、牙床發育，七成以上雙排牙的恆齒日後仍會隨著乳齒脫落與舌頭推擠回到正常的位置，因此並不鼓勵家長半脅迫地立即帶小孩到診所拔牙。且國際研究統計，換牙期下門牙的擁擠程度在四公厘左右都有可能漸漸地自行排列好，若到八歲時雙排牙的狀況仍存在才需要積極地拔掉乳正中門齒。」

除了注意孩子的換牙情況，陳宜宏醫師也提醒家長，在孩子的第一顆乳齒萌發後就要開始使用牙刷，並每天使用含氟濃度一千 ppm 的牙膏刷牙至少兩次。此外，暑假期間，家長們更可以善用健保資源預防齲齒發生，包括第一顆乳齒萌發後至未滿六歲，攜帶兒童健康手冊，每半年可塗氟一次，也可透過牙菌斑顯示劑確認刷牙後是否有殘存的牙菌斑，教導兒童正確地刷牙。六歲至未滿十二歲，健保有提供恆牙第一大臼齒窩溝封劑服務，預防孩子因臼齒溝隙太深而造成齲齒。另外，目前針對十二歲至未滿十九歲高齲齒率的青少年，健保也提供每九十天可接受齲齒控制照護與氟化物治療。牙齒與口腔健康，從小照顧，才能用得長長久久。🌱