



请扫码关注

热线电话:13778816000

眉山网:http://www.mshw.net



学习正确的刷牙方法。



体验牙医。



了解牙齿。

## 东坡小记者

## 爱牙护牙

## 从「齿」健康

□眉山日报全媒体记者 熊莉/文 古良驹/图

为增进对牙医的了解,提高对牙齿的认识,养成良好的爱牙护牙习惯,3月9日,20名东坡小记者来到位于苏源路华陆新天地的贝齐口腔,通过参加小小牙医职业体验,开展护“齿”行动,来了解牙齿,学会爱护牙齿。

“这是龙年的第一站,此次活动,旨在让东坡小记者了解自己的牙齿并知道防止蛀牙的基本知识,认识牙医这个职业,消除对医生的恐惧感,不惧怕看牙,激发爱牙护牙的兴趣,建立关注口腔健康的行为。”东坡小记者项目负责人介绍,护“齿”行动之前有开展过,活动深受东坡小记者及其家长的喜爱,因此,新年的第一站,东坡小记者项目特别策划了此次活动。

一大早,东坡小记者们早早地来到活动地点,在“小小牙医”的展板上签到后,便换上大白褂,戴上帽子,一个个“小小牙医”有模有样地“上岗”了。

“我们对牙病患者,也是要检查,再对症治疗。”在牙医的介绍下,东坡小记者们参观了贝齐口腔的放射室、一体化检验中心、牙医诊室、手术室等。

“这就是我们拔牙的钳子。”“这边是我们的诊室,看,这位牙医正在给患者看牙。”……在牙医的带领下,东坡小记者们现场参观了牙科诊所的设备和常用工具,并有幸观摩牙医为患者治疗牙病。

“原来牙医就是这样工作的。”通过参观,东坡小记者们对牙医有了初步的认识,纷纷产生了浓厚兴趣。

什么是龋齿?牙齿长什么样子?怎么预防和治疗牙齿问题?正确的刷牙方

式是怎样的……参观结束后,东坡小记者们迎来了一场生动有趣的牙齿健康知识讲座。

“龋齿就是我们坏掉的牙齿,大家知道牙齿为什么会坏掉吗?”在牙医问题的吸引下,东坡小记者们开动脑筋,一个个积极踊跃回答:“吃太多甜食,牙齿容易坏掉。”“那些刷牙不认真的,牙齿会坏掉。”“喜欢吃垃圾食品,又不喜欢刷牙的,牙齿会坏掉。”……东坡小记者们你一言我一语,很快便达成了共识。

“那牙齿坏了会怎么样呢?”“会痛。”“会发烧。”“会影响美观。”……在牙医的引导下,东坡小记者们渐入佳境,对牙齿有了更深入的认识。

随着知识讲座的深入,东坡小记者们还了解到,乳牙一共20颗,上下各10颗,经过换牙期后,长出恒牙,成年人的恒牙有二十八到三十二颗。牙齿不仅可以咀嚼食物,还可以辅助发音,整齐健康的牙齿有助于发育形成美观的脸型。

“既然牙齿有这么多种用途,我们该如何来保护牙齿呢?”现场牙医通过精美的PPT展示,告诉东坡小记者们要养成健康的饮食习惯,多吃蔬菜水果,少吃甜食、垃圾食品;同时要勤刷牙,保持牙齿清洁,最好两个月要有一次口腔体检,以便及时发现牙齿问题,还可以采取窝沟封闭或者涂氟的方式保护牙齿。

“大家知道如何刷牙,才更有效吗?”在牙医的讲解下,东坡小记者们学到了适合小朋友的刷牙方式叫圆弧刷牙法,也就是拿着牙刷在牙齿上以打圈的方式刷牙,先刷外面,再刷里面,每颗牙齿每个面都要尽量刷到。

只见牙医一边讲解,一边拿着牙齿模型展示什么是圆弧刷牙法。东坡小记

者们也跟着牙医的介绍,拿起牙齿模型,用小牙刷有模有样地学着刷,嘴里还念叨着“每个地方都要刷,12345,多刷几下……”

“刷牙一般一次三到五分钟,一天至少早晚两次哟。”在牙医再三叮嘱中,东坡小记者们不仅了解了牙齿的重要性,还学会了正确的刷牙方式。

为了让东坡小记者们对牙医有更直观的认识,此次活动还专门设置了体验环节。东坡小记者们两两一组,一个当患者,一个当牙医,然后交换角色。

在现场牙医的一旁指导下,“患者”躺在椅子上,张开嘴巴,“小小牙医”则打开灯,照着“患者”的口腔,然后拿出一一次性口镜,在“患者”的口腔里认真检查,查看牙齿上有没有小洞,有没有牙菌斑等。

“你的牙齿有点黄,要坚持每天刷牙哟。”“你牙齿为什么有黑色的小点点?是不是长蛀牙了。”“你的牙齿很干净,继续保持哦。”“你的一颗牙齿马上就要掉了,应该是在换牙。”……只见东坡小记者们认真地当起了“牙医”,并负责任地给“患者”提出合理健康的建议。

先培训、后上岗,东坡小记者们真切体验了“牙医”这个职业,并用实际行动通过了“小小牙医”的考核,领到了“小小牙医”荣誉证书。东坡小记者们一个个非常自豪,仿佛自己可以“持证上岗”了。

“好开心啊,我不仅当了‘牙医’,还了解了很多关于牙齿健康的知识。”“保护牙齿太重要了,我以后要养成爱护牙齿的好习惯。”“很有意思,我还制作了牙齿模型呢。”“非常感谢,我还收到了小礼物呢。”……东坡小记者们对此次活动赞不绝口,并希望能有机会再参加。



东坡小记者们认真聆听。



领到了“小小牙医”荣誉证书。



开展牙科知识讲座。



苏辙小学一年级2班 姜文慧

### 爱护牙齿 健康一生

东湖小学二年级1班 汪芷妍

今天,我很高兴参加了东坡小记者护“齿”行动,我们早早地来到贝齐口腔,这里有很多关于牙齿的健康知识海报,我一到现场就被那些可爱的牙齿模型吸引了。

在展板上签到后,我在老师的帮助下,换上了大白褂,戴上帽子,活动就开始了。在老师的带领下,我们首先参观了那里的设备和仪器。

这是我第一次近距离参观牙医的工作,了解了牙医的设备和工具,在牙医的讲解下,我知道了要爱护牙齿,少吃糖,用正确的方法刷牙,而且吃完糖就要刷牙,每天早晚都要刷牙。不刷牙的话,我们的牙齿就要长“牙虫”。我们还当了小小牙医,给牙齿模型刷牙。

我最喜欢的,还是后面的牙医体验,我拿着小镜子,认真看了我同伴的牙齿,在这个过程中,我觉得自己像一位真的牙医,查看出牙齿的问题,然后嘱咐患者口腔卫生需要注意的事项。在这个过程中,我发现有一个小朋友的牙好黑呀,好像是坏了。我们还在空闲时间,用超轻粘土做了动物的牙齿。

今天真是非常开心的一天。



打造眉山具有权威性和影响力的小记者队伍

## 东坡小记者 招募

### 小记者 大梦想

- ✓ 小记者工作牌
- ✓ 专用采访服装+笔记本
- ✓ 打造新时代全媒体小记者
- ✓ 听说读写采编全方位提升

- 采访活动
- 职业体验
- 观影活动
- 志愿活动
- 参观活动
- 走进企事业单位



报名电话 17381118033

指导单位:眉山市教育和体育局 主办单位:眉山日报社 承办单位:眉山市眉山日报报业传媒有限责任公司

# 计划一年内开展百余场小记者系列活动, 报名成功即可免费参与活动 #