

# 健康成长 从“齿”开始

## ——爱牙日 小记者走进平陽牙科医院

在第35个“全国爱牙日”来临之际，县融媒体中心小记者团来到平陽牙科医院，体验了一场爱牙之旅。小记者们首先参观了平陽牙科医院的科普展厅，随后走进了一堂别开生面且很具实用性的口腔健康科普课——了解了龋齿的危害、预防方式及生活中爱护牙齿的各项注意事项，学习了正确地刷牙、牙线使用等护理知识。小记者们认真倾听，积极互动，学习氛围热烈。之后医护人员还非常贴心地为现场的小记者安排了一次免费义诊。一起来看看小记者们经历健康护牙洗礼后发来的报道吧——

## 灿烂微笑，从“齿”开始

平阳县融媒体中心小记者团会员 杨意

“小牙刷，手中拿，张开我的大嘴巴，上下左右全都刷，露出牙齿白花花。”小时候我对爱护牙齿的印象可能仅仅停留在跟读儿歌上，长到爱美的年纪后，我开始懂得，唇红齿白、齿如白玉才是灿烂微笑的前提。在第35个“全国爱牙日”来临之际，我跟随小记者团来到平陽牙科医院，体验一场爱牙之旅。

刚到达平陽牙科医院时，我就看到一个熟悉的身影。好巧，原来这次负责接待我们的就是之前给我看过牙齿的黄医生！热情的黄医生首先带我们参观了爱牙科普展厅，她从专业的角度，结合生动的宣传画与逼真的模具展示，向我们讲解牙齿构造和护理等知识。我们排着整齐有序的队伍，跟在黄医生后面，竖着耳朵，睁大眼

睛，饶有兴致地学习着这些课堂上学不到的口腔保健知识。

穿过科普大厅，我们来到了会议室，进行爱牙小课堂的学习。在学习的过程中黄医生还给我们穿插了有奖问答环节。你们知道牙齿分为哪三大类吗？乳牙有多少颗？恒牙有多少颗？牙齿的作用有哪些？在场的小记者们好厉害，纷纷举手抢答，我也成功抢答对一道题目哦，虽然已经是小记者团里的大姐姐了，但是拿到小礼物的那一刻，我还是会像其他小朋友一样兴奋雀跃。几次有奖问答下来，可以看出通过小课堂学习，我们还是掌握了不少知识的。在小课堂里我们还有个实践操作环节，就是学习如何正确刷牙。瞧，大家拿着牙刷，在牙齿模型上认真地刷牙，俨然一副小

牙医的模样。小课堂的最后，我们还一起制作了捏齿立体画，用轻黏土制作一口整齐白净的大白牙，充满童趣和欢乐。

牙科医院还给我们安排了非常贴心的免费义诊环节，医生阿姨们专业又仔细地为我们做牙齿检查，并耐心地叮嘱注意事项。有两位小记者，正好嘴巴里有摇摇欲坠的松动牙齿，趁这次机会还顺便免费拔了牙，看到她们又惊又喜的复杂表情，我们笑着调侃：“真是幸运的孩子。”

增强儿童护牙意识，护牙健齿从小抓起。小朋友们要牢记，少吃零食和饮料，日常补钙要记牢，多吃坚果多看牙，每天刷牙不能少。拥有灿烂的笑容，就从拥有一口洁白健康的牙齿开始。

指导老师：钱素彤

## 牙齿的自述

平阳县融媒体中心小记者团会员 曹王霖

大家好，我是牙齿。说起我们呀，我可会骄傲地告诉你，我们对主人用处可大了。

我们有牙釉质、牙本质、牙骨质和牙髓四个分层构成！牙釉质就像一顶洁白的钢盔，保护着我的内部，这一部分硬度最高，甚至连骨头在我的这顶“钢盔”面前都会自愧不如呢！

牙本质的颜色黄黄的，硬度依然比骨头高，它是我体内的主要构成部分。

牙骨质的性状跟我的牙本质差不多，但在这个部分中有许多

软组织，硬度也低多了。

最后就是我的牙髓了，它十分脆弱，就像人们的心脏。如果我的这一部分受伤或是我失去了它，那就糟糕了，我就会变得僵硬。要是祸不单行，主人一不小心，撞了我一下，那就完了！此时，如果你注意到了我，就会有很大概率发现——我断成了两节！

在我的一生中，命运也像人类的人生那样曲折。在我刚来到这个世界的时候，就受到了威胁，龋齿的危险仿佛无处不在，在那些日子里，主人只要让我去处理一些关于甜、

酸的事，我就战战兢兢，不寒而栗。

等我长大了一些，我就又有新的烦恼了。牙周病、牙菌斑……越来越多的危险就出现了。我们这些牙齿很有可能比主人更早完蛋。

这就是我们这些牙齿的结构与烦恼，希望你们在看完这篇文章后能保护好你们的牙齿，特别是玩耍打闹时，也要注意别伤害自己或他人的牙齿！平时刷牙至少要一天两次，时间至少要达到3分钟，并且使用八式刷牙法。你们一定要好好爱护我们哦！

## 爱护牙齿，从我做起

平阳县融媒体中心小记者团会员 赖佳诺

为迎接全国爱牙日，小记者们相约来到平陽牙科医院，参观爱牙科普基地。

拍过集体照后，由牙科医院的黄老师给我们“开火车式”科普牙齿知识，我们边走边听。在这里，我不仅知道了人体牙齿的数量为28-32颗，之所以是28-32颗，是因为有大部分人的4颗智齿在成年后生长，而有部分人一辈子也不长。我还知道了牙齿最坚硬的部分叫牙釉质，它包裹在牙齿最外层，我们用它来咬碎食物。蛀牙就是牙釉质被菌斑腐蚀造成的，所以我们要好好刷牙，

把附着在牙齿表面的菌斑消除，这样我们的牙齿才能洁白健康。

跟着黄老师，我们走进了多功能教室，开始了爱牙课堂。首先映入眼帘的是一个牙齿模型，黄老师热情细心地教我们如何正确刷牙，教我们如何能更好地保护牙齿，还为我们讲解牙齿结构，这让我们学到了更多有关牙齿的知识。现场的互动小课堂，我们每个人都拿出最认真的态度积极参与，并获得了自己心仪的礼品。

快乐的爱牙课堂时光一下就过去了，我们排队进入爱牙诊

室，医生姐姐挨个帮我们检查牙齿，并针对现有的牙齿问题指导我们日后刷牙需要注意的事项。

活动的最后，我们在欢声笑语中，跟“牙宝”人偶互动合影，“牙宝”人偶还给我们准备了贴心礼物——护牙小套装。通过此次活动，我了解了口腔健康的重要性，学习了正确的口腔保健知识。深知拥有一口好牙，不仅可以美化容貌，还能增加自信。大家都行动起来吧，让我们好好刷牙，好好爱护我们的牙齿。

## 保护健康，从“齿”开始

昆阳一小 五年（1）班 叶其格

纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。今天，我有幸在平阳县融媒体中心老师们的组织下，参加了平陽牙科医院的研学活动。接下来，让我们一起去体验神奇的“牙齿课堂”之旅吧。

九点半，大家准时集中在医院二楼。穿上了帅气的小记者马甲，我瞬间来了精神。首先，牙科的讲解员把我们带到了一排玻璃柜子前。这里面摆放着各种各样的牙齿模型，“哇，我从来没见过这么多的牙齿！”有个同学惊讶地说。讲解员笑笑，“牙齿是我们身体非常重要的器官，它可是伴随我们一生的呢！”她给我们详细介绍了牙齿和牙龈的构造，每个人长牙和换牙的时间等等。第一次这么近距离地接触牙齿，我们都听得津津有味。俗话说：“牙疼不是病，疼起来要人命！”看到了蛀牙后牙齿被腐蚀的可怕画面，有个同学当场就说：“好吓人，我以后再也不吃糖了！”惹得大家哈哈大笑。确实，我现在想想那副牙齿还有点触目惊心呢。

随后，我们跟着讲解员去了会

议室。每个座位上都整整齐齐地摆放着一个牙刷、一副牙齿模型和一个听诊器。看到这么用心的画面，我不禁为牙科医院的医生和护士们点赞。讲解员用幻灯片给我们上“爱牙护齿科普小课堂”的知识，图形并茂地告诉我们牙齿的构造和作用。其中有个知识问答环节是我最喜欢的，因为答对还有礼物发呢。同学们积极举手，踊跃发言的场面将整个课堂的气氛烘托到了最高点，这让我们不仅在学中玩，更是在玩中学呢！

讲解员告诉我们保护牙齿不仅要定期刷牙、少吃甜食、养成良好的口腔习惯还要定期检查。随后，她拿起牙刷，教我们如何正确地刷牙。看了她的操作，想想我平时应付式的刷牙，真有点无地自容呀！

古人云：“国以民为天，民以牙为先”。有一口好牙才能吃嘛嘛香，身体倍儿棒！通过今天的研学活动，让我对牙齿有了更深刻的了解。

让我们一起保护健康，从“齿”开始吧！

## 牙科医院之旅

昆阳一小 五（6）班 徐淑辰

牙齿，嚼碎食物，是我们生存的重要器官，并且还帮助我们说话，帮助我们与人沟通交流，由此可见，牙齿何其重要！今天，我们小记者团来到了牙科医院，学习保护牙齿的知识，接下来，跟着我一起进去看看吧！

为我们讲课的老师是牙科医院的黄医生。黄医生耐心地介绍人类牙齿的构造，和各种动物牙齿的区别。听完后，我不禁感慨，原来牙齿之间有这么大的区别！

橱窗里的牙齿模型，我们

一一参观了，然后跟着黄医生走进了教室，进一步学习牙齿的知识。黄医生说，牙齿有三大作用，咀嚼、发音和美观。如果牙齿不好看，也就不爱笑了，影响了自信和心理健康。黄医生继续解说怎样保护牙齿预防蛀牙的方法，以及适合我们小学生的刷牙法。小小的牙齿学问还真多，牙科医生一点儿都不简单！

今天的牙科医院之旅，我懂得了很多牙齿的知识，收获满满！让我们保护好好自己的牙齿，向着自信的未来进发！

## “小口腔”有“大文章”

昆阳实验小学 五年（5）班 王林子

近日，我有幸参加了小记者团爱牙日社科研学活动——走进平陽牙科医院。

参观之前，我对牙科医院充满了好奇和期待，因为这是我第一次亲身体验牙科医院的环境。这所牙科医院设施齐全，环境优雅，给人一种舒适的感觉。医院的内部设计充分考虑了患者的需求，无论是诊室、治疗室还是休息区，都体现了人性化的理念。还有医护人员严谨的工作态度和专业的技能，让我对牙科医疗有了全新的认识。

在参观过程中，我深刻领悟到医学科技的发展速度之快，令人惊叹。黄医生带领我们参观了牙齿的“成长史”，让我们全面了解牙齿的结构、种类以及牙齿的成长历程。随后的“牙医小课堂”更是让我收获满满，黄医生介绍的牙齿疾

病状况让我目瞪口呆，也让我认识到健康生活理念在预防牙科疾病中的重要性。

据统计，全球范围内牙科疾病的发病率逐年上升，尤其是在儿童和青少年人群中。这一现象的主要原因包括饮食习惯的改变、口腔卫生意识的缺乏等。通过这次活动，我深刻认识到牙科保健的重要性。牙科健康不仅影响我们的生活质量，还与全身健康密切相关。我们应该更加重视口腔卫生，预防牙科疾病的发生。

回顾这次活动，我对牙科医院有了深刻的认识和启示。我不仅学到了很多关于牙科保健的知识，还对现代牙科技术的发展有了更深入的了解。希望我们每个人都能积极关注自己的口腔健康，养成良好的生活习惯，享受健康美好生活。





