

# 青少年的口腔健康和护理状况的调查研究

祝启丽<sup>1</sup> 魏佳佳<sup>1</sup> 蒋思岑<sup>2</sup> 罗伊利<sup>1</sup> 张立东<sup>1</sup> 瞿瑞<sup>1</sup>

1. 川北医学院护理学院, 四川 南充 637100

2. 川北医学院精神医学系, 四川 南充 637100

**摘要:**目的: 为掌握当代青少年的口腔健康, 口腔护理状况, 口腔卫生保健意识及三者之间的影响因素。结果: 参与调查的对象共有 331 人, 其中, 54.67% 的青少年口腔健康较好, 45.33% 的青少年口腔健康较差。45.56% 的青少年口腔护理情况较好, 54.44% 的青少年口腔护理情况较差。69.48% 的青少年口腔保健意识较好, 30.52% 的青少年口腔保健意识欠缺。结论: 青少年的口腔健康状况不容乐观, 口腔护理状况和意识也欠缺, 应加强对青少年的口腔健康预防宣教工作, 提高青少年的口腔护理保健意识, 进而改善青少年的口腔健康状况。

**关键词:** 青少年; 口腔健康; 护理状况

随着社会的不断发展, 国民经济水平的日益提高, 食物种类的增多, 食品越来越精细, 不难发现到医院口腔科看病的人也越来越多, 其中不乏青少年。口腔健康是人体健康的标准之一, 与全身健康密切相关。严重的口腔问题不仅会影响人们对于美食的享受, 降低人们的生活质量, 还会影响全身的健康<sup>[1]</sup>。所以作为 21 世纪的青少年, 应当更加注重其自身的卫生健康行为。参考 WHO 基本口腔保健成年人问卷<sup>[2]</sup>的口腔健康调查方法调查发现青少年口腔健康状况不容乐观, 其提示加强青春期青少年口腔卫生护理状况。口腔健康是人体健康的重要组成部分<sup>[3]</sup>, 直接影响着青少年的健康和成长<sup>[4]</sup>。在这个层面上来说, 青少年更应该了解并重视口腔保健和口腔健康问题。此研究主要是调查青少年的口腔牙龈健康和护理状况及其影响因素, 为更好地促进青少年的口腔保健和护理提供理论依据。

## 1 对象和方法

### 1.1 调查对象

调查对象是 12 到 19 岁的青少年, 线上主要以川北医学院大一学生为调查对象; 线下主要以高坪六小六年级学生为调查对象, 其中男性青少年占 30.51%, 女性青少年占 69.49%, 其中年龄分布最广的是 17 到 19 岁, 占了 73.94%。

### 1.2 调查内容

调查内容包括基本信息(性别、年龄段等), 口腔牙龈健康(是否出血、以及牙齿对冷热酸甜是否过敏等), 护理状况(刷牙次数、牙齿更换频率、刷牙方法、选用的牙膏种类、定期保健等), 口腔卫生保健意识(是否受过口腔健康教育、是否接受过口腔服务、了解口腔健康的必要性等)以及影响口腔护理的因素。

### 1.3 调查方法

调查人员均为护理本科在校大学生, 经统一专业培训后分组进行调查, 根据所参考的文献资料以及老师所设计的结构式的现场问卷调查和自行设计的网络问卷进行调查。

### 1.4 统计学方法

用 EpiData3.1 建立数据库并进行数据录入, 统计数据后, 将数据导入 SPSS21.0 进行描述统计分析。对统计变量的差异采用单因素分析方法进行统计分析,  $P < 0.05$  显示差异有统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 基本信息

调查对象共有 331 人, 其中男性青少年 101 人, 占总人数的 30.51%, 女性青少年 230 人, 占总人数的 69.49%; 12-14 岁的青少年占总比例的 17.31%; 15-16 岁的青少年占总比例的 25.83%; 17-19 岁的青少年占总比例的 56.80%。据调查显示: 0.6% 的青少年表示不刷牙, 18.43% 的青少年表示平均每天刷牙一次, 68.28% 的青少年表示平均每天刷牙两次, 12.69% 的青少年表示平均每天刷牙至少两次以上; 有 27.18% 的青少年表示每 1~2 个月换一次牙刷, 有 32.63% 的青少年表示每 3

个月换一次牙刷, 有 38.37% 的青少年表示不定期换牙刷, 有 1.82% 的青少年选择了其他。

### 2.2 口腔牙龈健康

按照牙齿是否对冷热酸甜过敏分组: 9.67% 的青少年表示对冷热酸甜经常过敏, 45.32% 的青少年表示偶尔对冷热酸甜过敏, 39.87% 的青少年表示几乎没有对冷热酸甜过敏, 5.14% 的青少年表示不是很清楚。按照牙龈是否出血分组: 其中有 141 人的青少年的牙龈几乎没有出血, 占总比例的 42.6%; 有 110 位青少年的牙龈有较少的出血, 占总比例的 33.23%; 有 57 位青少年的牙龈有偶尔出血, 占总比例的 17.22%; 其中有 23 位青少年的牙龈经常出血, 占总比例的 6.95%。

### 2.3 护理状况

按照清洁口腔的正确方法分组: 12.39% 的青少年表示更注重刷牙的方法, 5.74% 的青少年表示主要重视口腔清洁用具的选择, 还有 5.74% 的青少年则表示更看重合理的清洁次数, 其中 76.13% 的青少年表示以上三种方式均对。

### 2.4 口腔卫生保健意识

按照了解口腔健康和有关护理的必要性分组: 39.27% 的青少年表示了解口腔健康和护理非常有必要, 30.21% 的青少年表示很有必要, 29.31% 的青少年表示有一定必要, 1.21% 的青少年则表示基本没必要; 根据选用牙膏看重其什么功效分组: 21.30% 的青少年表示看重其牙齿美白效果, 34.62% 的青少年表示看重其牙齿护理, 28.31% 的青少年表示看重其清新口气, 2.62% 的青少年表示看重其抗牙齿敏感, 13.15% 的青少年表示看重其多效护理; 按照通过哪些途径了解口腔健康分组: 34.32% 的青少年表示主要通过电视网络, 5.65% 的青少年表示通过社区宣传了解, 20.06% 的青少年表示通过家人朋友告诉, 28.31% 的青少年表示通过学校教育, 11.66% 的青少年表示通过其他途径了解; 根据定期去医院进行口腔检查是否有必要进行分组: 24.17% 的青少年表示定期去医院进行口腔检查非常有必要, 15.41% 的青少年表示很有必要, 54.98% 的青少年表示有一定必要, 5.44% 的青少年表示完全没有必要。

### 2.5 影响口腔护理的因素

根据影响口腔护理因素分类: 18.06% 的青少年表示主要取决于牙膏的选择, 21.27% 的青少年表示主要取决于刷牙的次数, 34.72% 的青少年表示主要取决于刷牙的方式, 13.54% 的青少年表示主要取决于外界因素(空气质量、水源质量), 12.41% 的青少年表示受其他因素的影响; 根据平时常吃食物类型分类: 41.87% 的青少年表示平时常吃辛辣食物, 12.55% 的青少年表示平时常吃酸性食物, 23.21% 的青少年表示平时常吃甜性食物, 12.36% 的青少年表示平时常吃冷性食物, 10.01% 的青少年表示平时常吃坚硬食物。

## 3 讨论

研究表明, 口腔健康对个体的整体健康及生存质量具有极其重要的意义<sup>[5]</sup>。口腔牙龈问题与护理状况: 当代青少年的口腔牙龈问题和护理状况具有高度的相关性, 但总体护理效果较差。大部分口腔牙龈问题主要集中于牙龈出血、对冷

热酸甜过敏以及较高的龋齿患病率,大部分护理措施主要是青少年根据对口腔卫生保健的认识程度进行选择。大部分青少年较注重口腔卫生保健,只有极少数卫生保健意识薄弱,其中5.45%的青少年认为完全没必要重视口腔保健。研究表明,进行健康教育干预,提高对健康知识的知晓率,降低疾病危险因素的流行水平,能够有效预防及控制生活方式相关疾病的发生<sup>[6]</sup>。青少年的口腔牙龈问题比较集中,且青少年对口腔卫生保健意识的认识还需要进一步加强,养成良好的口腔保健习惯,培养规律的作息时间,加强口腔卫生教育宣传是提高青少年口腔健康的有效措施。关于影响口腔护理的因素,根据调查结果显示,大部分青少年认为口腔护理主要与牙膏和牙刷的选择有很大关系,还有一部分青少年认为口腔问题主要取决于外部环境因素,比如水源质量等。而就患者的心理需求而言,患者也渴望焦虑、担忧以及对自我形象紊乱等一系列问题早日得以解决。

#### 4 建议

杨如春<sup>[7]</sup>采用分层、不等比、多阶段、整群抽样方法调查并得出结论:青少年口腔卫生状况差,要加强口腔保健知识的宣传教育及普及。每天刷牙、用牙线、定期洗牙,一个都不能少。口腔健康是全身健康的重要组成部分,是维系和提高生命质量的重要因素。口腔疾病是影响居民健康的常见病、多发病,它不仅影响咀嚼、发声等生理功能,还与脑卒中、心脏病、糖尿病、消化系统疾病等全身系统疾病密切相关<sup>[8]</sup>。1. 从小重视并培养良好的口腔卫生习惯:根据调查结果显示,大部分青少年存在口腔健康问题,主要是由于幼年时缺乏口腔卫生保健意识,对口腔健康不够重视;传统健康教育内容过于片面化和单一化,教育目标不够明确,形式多以口头教育为主,很难达到理想的干预效果<sup>[9]</sup>; 2. 尽量避免接触有损牙龈健康的食物:根据调查结果显示,有45.32%的青少年曾有过牙齿冷热酸甜过敏现象; 3. 定期到正规医院进行口腔检查:根据调查结果显示,有绝大部分青少年认为有必要去医院做定期检查,但仍有少部分青少年认为完全没必要; 4. 掌握正确进行口腔清洁的方法:包括合理的清洁次数、口腔清洁用具的选择、以及正确的刷牙方法等,刷牙是家庭护理中机械性清除牙菌斑最基本也是最有效的方式<sup>[10]</sup>; 5. 多途径实

时了解口腔健康知识和相关护理知识:可以通过电视网络、社区宣传、家人朋友相互告知、学校教育等进行了解; 6. 掌握正确的口腔护理方法:比如常规牙刷刷牙或是电动牙刷刷牙、含漱法与喷洒法结合、棉球擦拭法等有效方法; 7. 运动过程中注意牙齿保护; 8. 家长和老师加强口腔健康教育。

#### 参考文献

- [1]黄俊红,公丕媛,武常亮.口腔健康教育对大学生口腔卫生的影响[J].全科口腔医学电子杂志,2019,6(19):41-50.
- [2]World Health Organisation.Integrated package for basic oral care .questionnaire for adults[M].Geneva:WHO,1999.
- [3]石兴莲,程华刚,王鹏,李元,王小明.遵义市4~9年级学生口腔健康知识及行为调查[J].中国妇幼保健,2013,28(2):273-274.
- [4]王瑞,程敏,刘东玲,等.东北地区12岁儿童口腔健康状况调查报告[J].口腔医学研究,2009,25(6):288-290.
- [5]Glick M,Wiliams DM,Kleinman DV,etal.A new defination for oral health developed by the FDI World Dental Federation opens the door to a universal defination of oral health[J].Br Dent,2016,221(12):792-793.
- [6]Arpalahti I,Ja'rvinen M,Suni J,et al. Acceptance of oral health promotion programme by dental hygienists and dental nurses in public dental service[J].Int Dent Hyg,2012,10(1):46-53.
- [7]杨如春.青少年口腔健康状况的调查分析[J].当代医学,2010,16(10):158-159.
- [8]张颖.保持口腔健康,为形象加分[J].大众医学,2020(1):11-12.
- [9]郝莉,傅晓波,王晓彤.健康教育对社区口腔癌患者依从性及认知能力的影响[J].中国肿瘤临床与康复,2020,27(09):1143-1145.
- [10]黄琼,杜春华,余涛,张琼.成都市儿童保健医生的低龄儿童口腔健康知识问卷调查[J].中国妇幼保健,2020,35(15):2864-2868.