

# Investigation and Analysis of Adolescent Gingivitis in Secondary Vocational Schools

Sihua Li

Outpatient Department, National Secondary Technical School of Diqing Tibetan Autonomous Prefecture, Shangri-la, Yunnan, 674499, China

## Abstract

Adolescence is a period of high incidence of gingivitis, which generally has no obvious symptoms in the early stage of gingivitis, mainly bleeding when brushing teeth, biting hard objects, bad breath and so on. But gingivitis will develop, and serious consequences may occur in the later stage. Multiple gingivitis in adolescence is mainly due to the failure of adolescents to develop good oral hygiene habits, and the obvious changes of their own hormones in adolescence, which will also stimulate the gingival tissue to produce obvious inflammatory response. In view of this, the author selected the students of A Secondary Vocational College in Yunnan Province of China as the object, in order to understand the overall situation of juvenile gingivitis, as well as further understand the causes of the disease and prevention methods.

## Keywords

secondary vocational school; adolescence; gingivitis; investigation and analysis

# 中职学校青春期牙龈炎调查与分析

李四花

云南省迪庆州民族中等专业学校门诊部, 中国·云南 香格里拉 674499

## 摘要

青春期是牙龈炎高发时期, 牙龈炎患病初期一般无明显的症状, 主要是刷牙、咬硬物时出血以及口臭等。但是牙龈炎是会发展的, 后期可能会出现严重的后果。青春期多发牙龈炎主要是因为青春期少年没有养成良好的口腔卫生习惯, 以及处于青春期的青少年自身激素变化比较明显, 这种变化也会刺激牙龈组织使之产生明显的炎症反应。针对于此, 笔者特选取了中国云南省 A 中职学院学生作为此次的研究对象, 对此进行调查, 以了解青少年牙龈炎患病总体情况, 以及更近一步了解患病原因和预防方法。

## 关键词

中职学校; 青春期; 牙龈炎; 调查与分析

## 1 引言

牙龈炎是一种较为常见的牙龈疾病, 青春期是牙龈炎高发的时期, 其中青春期中期人体自身的激素分泌会出现明显的变化, 提升了牙龈炎发病几率。除此之外, 青春期少年的不良饮食行为习惯以及口腔卫生习惯等都增加了牙龈炎患病的可能。本文具体就青春期牙龈炎发病情况以及发病原因和预防措施进行探究。

## 2 牙龈炎概述

牙龈炎是一种常见且温和的牙龈疾病(牙周病), 它会导致牙龈发炎、发红和肿胀(炎症), 牙龈是在牙齿根部周围的部分。牙龈炎主要是由于细菌菌斑导致的牙龈发生炎症性变

化, 主要包括慢性牙龈炎、青少年牙龈炎、妊娠期牙龈炎和药物性牙龈炎。<sup>[1]</sup> 青春期是牙龈炎高发的时期, 患有牙龈炎的患者在刷牙或者是咬硬物时会出现牙龈出血症状, 严重时可能会引起严重后果, 但是青少年对疾病的了解较少, 往往会对其误判, 进而耽误治疗, 导致炎症加重。本文以中国云南省 A 中职学校学生为研究对象, 对其学生青春期牙龈炎患病情况进行调查和了解<sup>[1]</sup>。

## 3 材料与方法

### 3.1 研究对象

为研究青春期牙龈炎的患病情况和患病原因等, 特选取了中国云南省 A 中职学校学生作为此次牙龈炎情况健康问卷

的对象。该学校学生共计 2365 名, 年龄 13-19 岁, 平均年龄 16.34 岁。其中男性学生 1022 名, 女性学生 1343 名。为了解学生牙龈炎患病情况, 特对此 2365 名学生进行编号, 然后采用随机取样的方式抽取了 460 名学生, 对其进行问卷调查。此次, 采用网上问卷的方式。问卷采用不记名方式进行, 实际回收有效问卷 420 份, 问卷有效率为 87.5%。

### 3.2 调查项目

为研究青春期牙龈炎的患病情况和患病原因等, 特选取了中国云南省 A 中职学校部分学生, 对其进行了网上问卷调查。其中问卷调查的内容主要包括学生的牙龈炎患病情况、学生口腔健康知识、口腔健康行为以及饮食行为习惯等。

### 3.3 研究方法

本次研究采用网上问卷形式, 对该学校部分学生进行了问卷调查。对于口腔健康知识进行赋分, 答对一题得一分, 答错题得零分, 计算学生的口腔卫生知识总得分。并调查学生的牙龈炎患病情况以及口腔健康行为情况和饮食情况, 对其进行统计和分析。然后通过统计学相关软件对数据进行关联性分析, 分析口腔卫生知识、口腔健康行为以及饮食行为习惯与牙龈炎发生的关联性。<sup>[2]</sup>

## 4 调查结果

### 4.1 基本情况

此次参与问卷调查的学生人数为 420 人, 其中男性 218 名, 女性 202 名。调查对象中年龄最大的 19 岁, 最小的 15 岁, 平均年龄  $16.34 \pm 0.45$  岁。经过调查统计, 其中有 76 名学生患有过牙龈炎, 牙龈炎的患病率为 18.10%, 其中男性患者 35 名, 女性患者 41 名。女性患牙龈炎的概率要明显的高于男性。

表 1 420 名青春期学生牙龈炎患病情况

项目	男生	女生	合计
总人数	218	202	420
换牙龈炎人数	35	41	76
患病率	16.06%	20.30%	18.10%

### 4.2 口腔卫生知识知晓情况

对中职学生口腔卫生知识了解情况进行了调查统计, 其调查结果如下, 口腔卫生设定题目总分为 10 分, 学生得分情况中最低分为 0 分, 最高分为 6 分, 平均分为 3.5 分, 其中得分为 4 分的学生人数最多, 学生占比为 25%。女生的平均分要明显的高于男生。其中在关于牙龈炎知识的问答中, 有

86% 的学生知晓牙龈炎具体是什么疾病, 有 70% 的学生知晓牙龈炎是可以预防的。有 56% 的学生知悉口腔健康卫生与牙龈炎患病有着密切的联系, 有 48% 的学生知晓饮食行为习惯也与牙龈炎患病有着密切的联系。仅仅有 23% 的学生知晓一定的牙龈炎治疗和预防方法。

### 4.3 口腔健康行为

另外, 在调查中对中职学校学生口腔健康行为进行了问卷调查, 口腔健康行为主要是包括刷牙、漱口、洗牙以及定期口腔检查等, 其中以刷牙行为为重点。在调查的学生中, 有 99% 的学生具有每天刷牙的好习惯, 其中 85% 的学生每天刷牙的次数  $\geq 2$  次。<sup>[4]</sup> 其中 94.10% 的女性每天至少刷牙两次, 有 76.60% 的男生每天至少刷牙两次。在 420 名学生中, 有 180 名学生刷牙时间大于 3 分钟, 占比为 42.86%, 其中女生人数为 96 名, 男性人数为 84 名。其中有 76.5% 的学生会最多三个月更换一次牙刷。在对学生的调查中, 仅仅有 23 名学生存在着不漱口现象, 占总人数的 5.48%。76% 的学生反映其在每次进餐后都会进行漱口, 有 76.7% 学生反映没有用过漱口水, 仅仅有 7.6% 的学生用过漱口水。在 420 名学生中, 85% 的学生没有洗过牙, 洗过牙的学生占比为 15%, 有 40 名学生曾经洗牙 1-2 次, 另有学生 23 名每年都会进行洗牙。在调查中有 65.8% 学生不进行定期的口腔检查; 27.4% 的学生只有当牙齿出现问题才回去医院检查; 只有 6.8% 的学生定期进行口腔检查。

### 4.4 饮食行为情况

青春期牙龈炎高发与青春期少年的饮食行为习惯也存在着密切的关系, 笔者对其进行了问卷调查, 在问卷调查中有 95% 的学生吃零食, 经常吃零食的学生人数占调查总人数的 42%。其中调查中发现有 45% 的学生在饮食中偏向于辛辣刺激性的食物, 有 33% 的学生喜欢吃烤串、煎炸食物等, 还有 23% 的学生喜爱寒凉食物。另外在调查中还有 15% 的学生偏爱挑食, 其中女学生人数为 43 人, 男学生人数为 20 人。<sup>[5]</sup>

## 5 青春期少年牙龈炎患病原因

结合上述调查, 笔者对青春期少年牙龈炎高发的原因进行了总结, 其原因主要有以下几点:

### 5.1 细菌因素

牙龈及牙面附着的牙菌斑是牙龈发炎的始动因子, 其内的细菌附着牙面, 进行繁殖积聚, 是引起牙龈炎症的主要因素。

## 5.2 饮食行为因素

饮食行为与牙龈炎的发病具有直接的关系，特别是对于青春期少年而言，自控力较差，在饮食方面喜欢使用辛辣刺激性食物和煎炸食物且多数学生存在着吃零食的习惯。且部分青少年还喜欢使用甜食，甜食中含有大量的糖类，这些糖类的存在为牙齿上的细菌提供了生存的养料，细菌利用糖代谢产生酶和毒素，进而使得牙菌斑堆积，<sup>[6]</sup>进而导致牙龈炎。多数牙龈炎都是由上火导致的，但是很多青少年在患牙龈炎之后，仍旧胡吃海喝，不注意饮食，进而导致炎症加重。

## 5.3 不良口腔行为习惯等因素

随着生活水平的提升，人们也在逐步的养成良好的卫生习惯。但是青春期少年的自控能力较差，很难长期坚持一项习惯。研究中发现每天刷牙至少两次的学生患牙龈炎的概率要远远的低于每天刷牙一次或者是不刷牙的学生。另外，当前很多学生刷牙只是在做表面文章，在上述统计中，有58%的学生刷牙时间少于三分钟。另外，就是没有选择合适的牙膏，药物牙膏对于消炎具有明显的作用，能够有效的预防牙龈炎，但是学生受广告噱头的影响较大，在选择牙膏时选择的牙膏可能不适合自己的。再者就是由于学生对牙龈炎的了解较少，很难及时发现疾病，例如牙龈出血是牙龈炎的一个重要症状，但是多数学生却认为牙龈出血是缺乏维生素c导致的，盲目服用维生素c，耽误了牙龈炎的及时治疗。

## 6 牙龈炎的预防措施

### 6.1 口腔健康教育宣传，注意口腔卫生

青少年时期是牙龈炎的高发时期，为此学校一定要加强重视，加大口腔健康宣传力度，提升学生对于口腔健康的重视程度。例如，学校可以印发口腔知识、牙龈炎知识的宣传页，以帮助学生了解和掌握相关的知识。同时，可以聘请专业口腔健康人士到校指导学生口腔保护方法，向学生讲解正确的刷牙方法，以帮助学生养成良好的口腔卫生习惯。家长也要关注孩子的口腔健康，定期带孩子到医院进行口腔健康检查等。<sup>[7]</sup>

### 6.2 注意饮食

牙龈炎与饮食有着密切的联系，因此青春期少年在饮食中要减少食用辛辣刺激性的食物，在食用辛辣刺激性食物后，可以喝一点菊花、金银花败火。另外，患有牙龈炎的青少年一定要注意饮食，牙龈炎禁止吃辛辣食物、牙龈炎禁止吃硬质食品、牙龈炎禁止吃煎炸食物。这些食物都会使牙龈疼痛

加重，牙龈炎的炎症也会进一步的扩散

## 7 结语

通过调查发现，中职学校学生牙龈炎患病概率还是比较高的，学生对于牙龈炎的相关知识了解不够充分。女性学生患牙龈炎的概率要明显的高于男生。总之，学校对学生的口腔健康宣传工作还不够到位，接下来有必要提高口腔健康知识宣传教育力度，以帮助学生提高口腔健康。<sup>[8]</sup>

青春期是牙龈炎高发时期，其主要与青少年不良口腔行为为习惯和不良饮食行为为习惯有关。青少年不卫生口腔行为习惯使得牙龈及牙面附着牙菌斑，进而导致了牙龈发炎，再加上多数青少年饮食上喜欢食用辛辣、油炸等食物，使得牙龈炎症进一步扩散。因此青少年在平时一定要多注意口腔卫生，养成良好的口腔行为习惯，坚持早晚刷牙，饮食后立即用清水漱口，认真刷牙，炎症期可选用能减少细菌的牙膏。如果患有牙龈炎，一定要注意饮食，以便尽快的康复。

## 参考文献

- [1] 李瑜. 某医学专科学校在校学生口腔健康调查 [D]. 安徽医科大学, 2017.
- [2] 李梦源. 宁夏中卫市 6 ~ 12 岁儿童口腔健康状况调查及 12 岁儿童口腔健康状况相关因素分析 [D]. 宁夏医科大学, 2017.
- [3] 马旭东. 2015 年大学新生口腔卫生状况调查分析 [J]. 中国卫生产业, 2017, 14(01): 152-154.
- [4] 谢沛原, 余占海, 朱玉娟, 李志强, 周建业. 4311 名不同民族大学新生口腔健康状况调查研究 [J]. 口腔医学研究, 2015, 31(09): 860-862+866.
- [5] 刘宝梅. 口腔卫生习惯与儿童牙龈炎患病率的调查分析 [A]. 中华预防医学会、重庆市医学会. 国际发育与疾病高峰论坛暨第六届儿童保健高层论坛、重庆市儿科年会论文汇编 [C]. 中华预防医学会、重庆市医学会: 中华预防医学会, 2011: 1.
- [6] 王冬梅, 王萍, 梁焕友, 吴坚. 广州市 12 ~ 13 岁儿童牙龈炎与恒牙龋患病关系的调查分析 [J]. 中国儿童保健杂志, 2011, 19(08): 746-748.
- [7] 徐菁玲. 牙龈炎患者口腔健康相关生活质量初步调查分析 [A]. 中华口腔医学会全科口腔医学专业委员会. 中华口腔医学会全科口腔医学专业委员会第一次学术年会会议论文集 [C]. 中华口腔医学会全科口腔医学专业委员会: 中华口腔医学会, 2009: 2.
- [8] 刘宝梅. 口腔卫生习惯与儿童牙龈炎患病率的调查分析 [J]. 中国医药导报, 2009, 6(12): 130-131.