

磨牙

加州牙醫協會 攜手向前

一個詞：磨牙症。也被稱做磨牙。由於它常常在睡眠時出現，許多患者不知道自己患有這種病。而且，除非您磨牙時不斷發出的響聲把別人吵醒，否則您可能不會認為您下巴疼痛、睡眠不安和全身疲勞是磨牙症的症兆。不治療的話，它會導致牙疼或牙齒鬆動，或牙床下降，牙面磨破或牙釉質斷裂。儘管加州牙醫協會 (CDA) 會員牙醫通常能檢測到牙齒磨損的警告兆，然而，如果您懷疑可能有磨牙問題，還請務必在下次就診時提出來。然後您和您的 CDA 牙醫可以確定問題的原因和合適的治療。

磨牙症的主要原因是壓力。您的 CDA 牙醫可能建議您在夜間戴一個塑料防護器以防止磨牙。這種按您的牙齒定做的防護器使上牙和下牙不會相碰，協助放鬆上下頷肌肉，並使磨牙不可能。您的 CDA 牙醫也可以給您開肌肉鬆弛劑或消炎藥。

如果磨牙是由一顆咬合異常或彎曲的牙齒或缺牙引起的，您的 CDA 牙醫可以通過消除那顆牙齒的高點部分，治療您的磨牙症。在較嚴重的情況下，他或她將用牙冠或嵌體修整或重建那顆引起問題的牙齒的咬合面，甚至建議做牙齒矯正治療，使咬合功能更好。

如果您想磨牙得到控制，請與您的 CDA 牙醫討論。經過適當的治療，他或她可以協助緩解您上下頷的疼痛，改善您的睡眠，並保護您的牙齒，不發生異常磨損。

800.CDA.SMILE
cda.org