

# 学习口腔知识,爱护牙齿从小做起

——“健康中国(株洲)行”之校园记者爱牙护牙系列活动侧记

2017年,株洲日报社校园记者俱乐部联合株洲市卫计委,开展了“健康中国(株洲)行”系列活动,其中,围绕关爱青少年口腔健康主题,与株洲市家鸿口腔医院进行了20余场“我是小小牙医”参观及职业体验活动,并组织了10多场进校园的口腔知识宣教和检查,免费为适龄儿童做窝沟封闭。这一系列活动,让同学们了解了基本的口腔卫生常识,校园记者在体验和采访中收获了快乐。

## 牙齿的旅行

九方小学四(8)班 文书凡  
证号:0822146 指导老师:张红革

大家好,我是文书凡的牙齿。今天我的主人带我做了一次奇妙的旅行。我们去了株洲家鸿口腔医院。说真的,我心里挺害怕的,毕竟是去医院,还是专门治我们的医院,我真担心牙医会把我拔掉。

一进家鸿口腔医院,我就惊呆了,不就看个牙齿吗,竟然有三楼的规模,分诊台、治疗室、会议室、办公室、休息厅……一应俱全。

参观完医院,我就跟着小主人听讲座去了。上课的老师讲得很好。她告诉我们人体对人体的重要性,以及怎样清洁和爱护我们。我多希望小朋友们能按照老师教的做,那样,我和我的兄弟姐妹们就能健康快乐地成长,也能更好地为我们的主人服务了。

听完讲座,就是检查牙齿的时候了。当我的主人张大嘴巴让医生检查时,我心里七上八下的,真怕自己有个三长两短。我感觉到钳子、小镜子在我的身边慢慢经过,接着听到医生对小主人说“牙齿很健康,只是有一颗窝沟封闭的掉了,要重新做”,我松了口气,同时也感觉很幸运。我的主人对我挺好的,天天给我洗澡,也不吃那些甜腻的食品来伤害我。

做完窝沟封闭,我和我的主人高高兴兴地回家了。在路上,我听到小主人说:“今天的讲座真是让人受益匪浅,我一定要更加爱护我的牙齿!”我暗暗对小主人说:“小主人,我也一定会更好地为你服务,陪伴你成长!”这真是一次奇妙的旅行。

## 牙齿的秘密

樟树坪小学五(1)班 刘鑫杨  
证号:1922859

5月7日下午,我怀着喜悦的心情跟着株洲日报社的校园记者的脚步走进了家鸿口腔医院,准备去揭开牙齿的神秘面纱。

一位穿白大褂的漂亮女医生热情地接待了我们,她带我们去参观并认识了许多先进的仪器,如德国进口的机器和专门给牙齿照X光的片子。然后,又带我们走进了一个大讲堂,给我们呈现了一堂精彩纷呈的课,医生们用制作精美的幻灯片给我们介绍了什么是恒牙、什么是乳牙,还告诉我们为什么会有虫牙,怎么预防虫牙,有虫牙又该怎么做,并手把手地教我们正确的刷牙方法。

活动接近尾声,医生们给我们牙齿做了全面检查,并给了我们一些好的建议,最后一位大哥哥还送了我们精美的礼品作为纪念。

今天,我不仅收获到了精美的礼品,还学到了学校课堂中学不到的关于牙齿的一些重要的知识,真棒!



## 小牙齿 大学问

何家坳枫溪学校1401班 李一宸  
证号:7136166 指导老师:康倩

周末,芦淞区的校园小记者们来到家鸿口腔医院,体验“小小牙医”的角色,可有意思啦。

在一位医生阿姨的带领下,我们排队上楼参观治疗牙齿的过程,许多治疗仪器发出各种奇怪的声音,我们觉得好奇。一位医生叔叔正在电脑前检查刚刚拍出的片子,我们好奇地把小脑袋都凑了过去,想看上面什么奥妙,可什么也看不懂。领队的医生阿姨笑着说,想看懂这些,先得掌握基本的牙科知识才行。

我们恢复秩序,排好队,准备去“听课”。一位姓刘的医生阿姨为我们这群小记者讲述了爱护牙齿及预防龋齿的方法。最后,刘医生给我们播放了一个正确刷牙方法的视频,它告诉我们,刷牙的方法主要以“拂刷”为主,呈45°角,轻轻向上刷,要刷3—5分钟。

讲座结束后,我们排队依次去做免费检查。我躺在检查的躺椅上,医生让我张大了嘴,为我的牙齿仔细体检。“后面4颗牙有点蛀牙,回家时要注意牙齿卫生,养成科学刷牙的好习惯哦。”医生阿姨叮嘱了我。

通过这次“小小牙医”活动,我又学会了许多护牙新知识,受益匪浅啊!

## 家鸿口腔医院之旅

南方三小五(1)班 胡蝶 证号:5328813

今天,是小记者的活动日,我们的活动地点是家鸿口腔医院。

一进大门,前台阿姨就给了我一个小徽章,徽章的中间画着一只洁白的牙齿,下面有一个蓝色的“十”字,这是医院的标志,徽章边框围绕着一圈大字——家鸿口腔医院,也是蓝色的,很可爱。

我坐了不一会儿,活动就开始了。一个医生带领我们参观了医院。这医院里的设施可多了,有给牙齿矫正的,有种植牙齿的,还有给牙齿照X光片的……各种器械,应有尽有。

接着,医生把我们带到了一个会议室,开始为我们讲述牙齿的奥秘了。没想到,牙齿的秘密可多了。刷牙的方法也讲究:早晚各刷一次,每次用时2—3分钟,上、下牙轮流刷,刷完之后用舌头舔舔牙齿,如果光滑,就是刷干净了,反之,则是没刷干净,还需要再刷。

最后,终于等到我最期待的环节——有奖竞猜!第一个问题:“人的一生要换几次牙?”我不假思索地说:“两次”。第一份奖品送到了我的手中,那是一个数码相机套,我捧着它,爱不释手。

讲座结束,我们开始了免费检查。在我前面的几个人都被查出牙齿有问题,我的心跳得可厉害了。到我了,没想到医生只是看了看我的牙就对我说:“只有一颗蛀牙,正在换了,没多大问题。”我开心极了,一路小跑出了医院。回家的路上,妈妈笑着对我说:“哟,一天只刷了一次牙还没多大问题,真行呀!”“妈,你别笑啦!我可是吓得够呛!”“就笑,看你以后还偷懒!”我也忍不住笑了起来。

## 记一次去口腔医院后有感

株董路小学五(1)班 吴梦涵 证号:5036352

前不久,我来到株洲市家鸿口腔医院,我来参加小记者的爱牙活动。

哇!里面真是人山人海。医生阿姨带领我们走进一间比较宽敞的会议室,开始今天的活动。

结束了,我不禁想起以前我不爱护牙齿的种种行为。从小我就不爱刷牙,妈妈怎么说我,我总是“左耳朵进,右耳朵出”,从不放在心上。虽然现在我的牙齿比较健康,但牙表面已经披上了一件“黄外套”,十分难看。在刚掉牙时,我总爱舔新牙齿。因此,我的牙齿东倒西歪,大门牙也比别人的大,号称“兔子牙”。我总因为这个“兔子牙”在亲朋好友面前不敢笑。

不仅这样,我连刷牙的时间、动作都不正确。我以前只刷不到一分钟,并且只刷前面的几颗牙;但学到医生阿姨的办法后,我纠正了错误。现在,我的牙齿十分白净。

小朋友们,以后我们得勤刷牙,把难看的“黄外套”丢掉,换成漂亮的“白裙子”吧。

## 活动感言

医生阿姨给我们讲了很多与牙齿有关的知识,比如:成年人有多少颗恒牙呀,怎么正确有效地刷牙等等……平时大家都是按左右上下的顺序来的。可是,当我听完老师的课后,才知道这是错误的。正确的方法是跟牙缝四十五度角开始刷,每一次刷2—3颗,才能保证刷干净。

——九方小学四(8)班 叶思辰 证号:0831466 指导老师:张红革

刘医生详细地给我们讲解了牙齿的分类,并告诉我们,牙齿如果不做窝沟封闭很容易成为“细菌的司令部”,以后我要好好刷牙。

——星河小学86班 刘梓洋 证号:783740

医生给我们每个人都检查了牙齿。没想到我的六龄牙竟然是虫牙,不能做窝沟封闭,需要修补。看来我以后早晚都要好好刷牙,仔细刷牙,少吃糖果,保护牙齿,做一个健康讲卫生的好孩子!

——先锋小学二(4)班 张梓睿 证号:1431168 指导老师:卢诗静

我们像一只只好奇的小兔窜来窜去,这里看看,那里看看,对每一台机器都感到新奇。刘医生像一名导游一样介绍着每一台机器的用处,我们也专心致志的听着。参加了这次活动,我懂得了要好好爱护每一颗牙齿,不让它们受到牙虫的伤害,因为它们会影响到我们的咀嚼与外貌。“爱护牙齿,人人有责。”大家跟我行动起来吧!

——星河小学87班 陈麦果 证号:7837363 指导老师:殷三益

**天纺农贸市场**  
TIANFANGNONGMAOSHICHANG

**我们不一样** Open

**金鸡报晓归 瑞犬迎新年**

**天纺农贸市场盛大开业暨首届天纺年货购物节**

**2018年1月27日-28日**

- ★凭宣传单可现场兑换纪念品(每人限一份)
- ★购物满额即获兑奖券,摇转盘,抽红包
- ★更有冬日滋补鸡汤料暖身心

**购物接送车路线**

路线一:331 外国语四路车站终点站——天纺农贸市场  
路线二:田心35路终点站——天纺农贸市场  
路线三:清石广场——天纺农贸市场

**发车时间**

上午8:00-9:00 10:00-11:00  
下午1:30-2:30 3:30-4:30

**地址:天元区长江南路中心医院斜对面(原棉纺厂内)**