其实十六岁矫正牙齿是不是有点晚的问题并不复杂，但是又很多的朋友都不太了解十六岁矫正牙齿是不是有点晚了，因此呢，今天小编就来为大家分享十六岁矫正牙齿是不是有点晚的一些知识，希望可以帮助到大家，下面我们一起来看看这个问题的分析吧！

本文目录

1. [牙齿正畸究竟对牙齿有没有伤害？](#)
2. [孩子几岁学打羽毛球比较合适？6岁早不早？](#)
3. [牙齿有点凸怎么办，我16了，怎么样可以整齐？](#)
4. [31岁想整牙齿纠结中，适合吗？](#)
5. [牙齿矫正痛不痛？](#)

牙齿正畸究竟对牙齿有没有伤害？

96年的，今年25岁，这个岁数矫正牙齿有效果啊，而且工作的话可以自己根据自己的收入情况选择矫正的方式。

价格便宜的就是钢丝的了，不贵也不是很便宜的就是半隐形的喽，陶瓷托槽的，隐蔽性相对钢丝的好一些，美观一些，价钱的话相对于隐形矫正的话便宜些。

至于矫正对牙齿有没有伤害，是很多小伙伴想矫正，又不敢矫正的一个很大的因素。矫正，怕对自己牙齿不好，老了牙齿会不会松动？不矫正吧，自己又觉得牙齿丑，影响了自己的颜值？

那正夫君今天就来说一下，给想矫正的你一个明明白白地回答：

很多人担心正畸后会带来后遗症，比如牙齿松动或牙套脸之类的。

其实，「牙齿正畸有没有后遗症」既不能肯定又不能否定，本身就是一种不严谨的说法。遇到了好医生，既拥有了健康的咬合，又排齐了牙齿及改善了面型。

有些矫正者在矫正前本身牙周条件就不好，再加上矫正过程中如果自己没做好口腔护理，矫正后就可想而知。所有专业的正畸医生，在正畸前都会检查你的牙周牙齿的一个情况，如果牙周问题大，一般都建议你先做牙周治疗之后再矫正，小伙伴们千万不要觉得这是医生在坑你们，或者着急戴上牙套不去治疗，要想避免矫正后遗症，一定要听取专业医生的建议，并跟他们保持良好的沟通。

另外，对于很多人害怕矫正后牙齿松动，其实这个跟选择的医生的技术还有方案的

设计有很大关系，不能用力过猛。牙齿受力发生移动的过程中会有点轻微的松动，但是矫治完成后经过一段时间的保持，牙齿周围的牙槽骨经过改建，牙齿会重新变的和以前一样稳固。所以，矫正的医生技术水平要到位。

总之，要想矫正后没有达到自己满意的效果，建议矫正前多咨询，选择正规口腔机构，专业的正畸医生。做好正畸前的一些准备，矫正过程中多注意口腔卫生，这些所谓的担心矫正的后遗症是可以避免的。

孩子几岁学打羽毛球比较合适？6岁早不早？

考虑到对器械的驾驭能力，5岁以前建议不要学羽毛球，可根据个人培养目标确定启蒙年龄：

走专业方向，最好是5~6岁或者学龄期6~12岁；只想有一技之长，可选择在6~12或12~15岁；若只是锻炼身体，什么年龄段都可以。

羽毛球启蒙非常重要，有些小孩学羽毛球很多年，结果学得都是错误动作，而错误动作一旦形成就很难改变，所以找对教练非常重要。什么样的教练是好教练呢？那就是能寓教于乐，有专业的技术指导能力，并能培养孩童对羽毛球的兴趣，两者缺一不可。

羽毛球启蒙非常重要，要注意以下几点：

1、兴趣是第一位的

培养兴趣是学习好羽毛球的基础。儿童在学习羽毛球的过程中，兴趣对认知和技能形成的过程起着非常重要的作用，枯燥重复的纯技能训练，会扼杀孩童学习羽毛球的热情和兴趣，兴趣没了，一切都是空谈。所以教练在技术训练之余，培养兴趣就非常重要。

幼儿时期的孩童对事物充满好奇心，但由于孩童的大脑皮层发育尚不完善，兴奋占优势，抑制形成过慢，兴奋持续时间短，很难保持注意力集中，容易根据兴奋的改变而转移注意力。

所以将技能训练和游戏相结合，通过教学方式的灵活多变，用寓教于乐的方式对孩童进行启蒙训练，可以大大提高孩童的学习兴趣，并较长时间保持注意力。比如将枯燥无味发球教学变成生动有趣的发球游戏，将垫球基本功练习变成垫球接力比赛等等。

2、重视技术规范，发现错误动作及时改正

羽毛球是一项技术精细，技术复杂抽象，战术多变，隔网对抗非常激烈的运动，包括手法、步法、战术和体能多个方面。孩童难以理解，不能够形成完整、正确的意识思维映像。

如果没有得到正确的指导，一旦形成错误动作，就会很容易在练习一段时间后达到技术水平的极限，无法继续提高。

所以，在学习的过程中，发现错误动作，要第一时间纠正。

3、羽毛球项目可以全面发展孩童的身体素质

羽毛球启蒙不要仅仅停留在技术训练上，要全面提高孩童的身体素质。抓住孩童各项身体素质发展的敏感期，越早进行羽毛球训练越好（5岁之后哦）。

孩童神经系统发展较快，特别是与视听系统发展很快（打羽毛球防近视哦），可塑性强，可多进行跑、跳和投掷运动，提高动作的灵活性和理解能力；

同时儿童又处于生长发育缓慢阶段，运动系统不完善，力量和负荷要小一点，多一点柔韧、灵敏和协调性方面的练习。

【科普一下：速度素质的敏感发育期为10至12岁，爆发力如弹跳力在12至13岁；力量素质在13岁至17岁；耐力素质在10岁、13岁和16岁；协调性、灵敏性、柔韧性均在10至12岁；反应速度、模仿能力均在9至12岁；跳跃耐力增长期女孩为7至10岁、男孩为8至11岁；背肌和腿肌力量猛增期女孩是9至10岁、男孩9至12岁和14至17岁，臂部肌肉增长到15岁就缓慢了；强度适中的耐力，男孩在8至10岁，女孩更早些；体形的形成（指身高、四肢、肩宽）发育最快的时期为男孩11岁、13岁和17岁，女孩从11岁、13岁和15岁。】

4、男孩和女孩要区别对待

12岁之后，男孩和女孩的性别差异会非常明显。训练方法和训练强度要区别对待，不能一视同仁。

5、反复强化，循序渐进

少儿时期，孩子们的无意识注意力占优势，因此，记东西记得很快。而这一阶段，由于孩子们是初学者，其特点是大脑皮层的条件联系处于泛化阶段，动作表现为肌

肉紧张、动作僵硬，不连贯、不协调，击球无力，缺乏控制力，拍面不准，经常打不中球，并伴随较多的多余动作。又容易遗忘，需要教练反复强化，循序渐进。教练收到动作错误信息后，要及时纠正。

以上就是我的一些建议，最后赠言一句与各位家长共勉：

学好羽毛球，可以成就幸福人生！

牙齿有点凸怎么办，我16了，怎么样可以整齐？

当然首先去医院正畸，但最重要的是一定要坚持！！！！！！！！！！

真实经历：痛苦的拔了4颗牙，因为后期没有坚持带保持器，所以基本没效果，哭了

31岁想整牙齿纠结中，适合吗？

我是23岁开始整牙齿的，戴了两年半牙套，一般整牙过了16岁都算迟了，因为牙床固定了。我现在的单位，有个女同事是去年开始整牙，大概24岁开始吧。

既然都是迟，多少岁已经没有关系了，五十步与百步没有太大区别。想提醒你的是，整牙是一个很痛苦的过程，我整牙前去拍了牙片，医生说要拔掉两颗智齿，因为我牙齿密，不好收缩，同时要拔掉前排左右各两颗牙。拔牙手术做了三次，两次是拔智齿，这个是最大的工程，拔牙完脸肿得跟馒头一样，医生开的止痛药根本毫无作用，开始两天连开口喝水都不行，吃东西也吃不了，痛到连头都感觉到痛的程度，大约休养了一个月，好了，才开始拔另一边的智齿，又休养了一个多月。当时拔完智齿，做梦都会梦到这个场景。你如果想要整牙，就要问清楚需不需要拔牙，包括拔智齿。

整牙的话，基本每个月要去重新上一次牙套，牙齿会有一个星期的酸软，咬不了硬的东西，吃东西要立刻刷牙，因为会塞在牙套上。这个过程也是痛苦和漫长的。你31岁了，如果不是非常有必要，建议不要去做，因为痛苦会持续两年到三年，要三思啊。

或者去你当地咨询专业的牙医，去正规医院咨询，会靠谱一点。

牙齿矫正痛不痛？

牙齿矫正是一些酸痛感的，但是也不是很严重的疼。

牙齿矫正是利用矫治器来促进牙齿移动，从而排齐牙齿，那么在排齐牙齿的过程中，牙齿会疼，但是，牙齿矫正后的疼痛是身体正常的反应，是因为牙齿受到矫正治疗的这种轻微而持续的外力时，使得位于牙齿与齿槽骨之间的牙周膜受到拥挤、拉扯，而牙周膜内除了富含连接牙齿与齿槽的牙周韧带外，还具有神经、血管与细胞，所以当组织受力而变形后，血液流通受阻，形成缺氧的状态，这时周边的细胞就会释放出一些神经传导物质来刺激神经，向大脑通报。但是这种疼痛实在人体疼痛接受的范围内，而且持续时间不会很长，大约一周或两周的时间，当然每次牙齿加力时也会有三五天的疼痛期。

好了，文章到这里就结束啦，如果本次分享的十六岁矫正牙齿是不是有点晚和十六岁矫正牙齿是不是有点晚了问题对您有所帮助，还望关注下本站哦！