

#2021加油带头人#

2020年，最勇敢的事，就是在27岁决定去矫正牙齿。

2021年，最欣慰的事，就是矫正牙齿坚持了下来，并且敢于自信地笑了。

分享这个故事给大家，希望女孩们都可以勇敢追求美丽，爱美永远都不晚。

这篇文章，见证米粥辛苦的牙齿矫正之路，同时也给正在遭受同样问题的同龄人，或者儿童的父母，一些可以借鉴的地方。

在最前面重点强调一下：

牙齿不齐会带来很多问题，第一最直接的影响美观，第二影响脸型，第三容易带来蛀牙等其他牙齿问题。

1、金属托槽

就是我们一般所见到的“铁齿钢牙”，将矫正装置粘固于牙齿上，不可以自行摘戴，只可以通过正畸医师装拆、调整加力。需要每个月复诊一次，医生逐渐加力使牙齿移动，最终也就达到设计的理想状态。

缺点：

极不美观；非常疼，每次加力后会非常疼痛甚至无法吃饭；磨口腔、舌头，参考严重的口腔溃疡；不容易清洗，每次吃完东西都有复杂的口腔清洗过程；很多坚硬的东西不能吃，会损坏牙套。

优点：价格便宜，1w+可以搞定；效果明显（速度比较快），2年就可以完成。

2、陶瓷托槽

陶瓷托槽就是把前面金属换成陶瓷，在保证矫正速度的基础上，美观有提升，颜色和牙齿接近，舒适度也有提升，但是陶瓷比较脆弱，更容易坏，价格2w+。

3、隐形正畸

现在很受欢迎的一种矫正方式，通过口腔扫描建模，医生制定矫正方案后，三维模型就可以看到你的牙齿的矫正过程和效果，根据矫正方案会制造几十个隐形矫治器，一段时间更换一副，在牙齿上施加适当的、能够控制的力来使牙齿逐步移位，达到设计的效果。可以自行摘带，一般6-8周到医院复诊一次。

缺点：

吃东西不方便，每次吃东西都需要把牙套取下来，吃完后要需要清洁牙齿再重新戴好；速度较慢，需要较强的自控能力，通常需要2年半-3年；价格昂贵，隐适美4w+，时代天使3w+。

优点：

美观，透明的、不仔细看基本不会被人发现；只有轻微不适，力度比较温和。

4、舌侧正畸

就是把前面说的金属矫治器全部安装于牙齿的舌侧面进行正畸治疗，外观上看不到任何正畸治疗装置。对医生的技术要求会高一些。

缺点：

在治疗初期，不适感非常严重，会影响说话，矫治器还会磨到舌头的边缘产生疼痛。

优点：

美观，只要不张口大笑别人也是看不到的；效果好，稳定持久，定位精准；价格适中，2w+。

最后选择什么方式，就是看各个方面你最在意什么，是舒适度、美观、速度，当然也要综合考虑经济情况，当然不同城市价格差别也很大，就是城市越大经济越发达越贵。

米粥选择的隐适美，自己觉得不管是男是女、不管年龄大小，大家都是在在意形象的，如果经济允许的情况下，何必让这点自卑影响生活和生活心情呢，何不让这个漫长的矫正过程更舒适些呢？

如何选择医院医生

在网上看了很多攻略，别人的经验，想知道杭州哪个医院、哪个医生比较靠谱，但是获得的信息很少，公立医院难预约，私人诊所价格美丽但总担心不靠谱。

综合多方因素最后选择了杭州XX医院，XX医生。（头条君说我推荐有风险的东西[捂脸]，其实我不想打广告，就是想给大家一个参考啊，想了解的朋友可以留言）