

## #头条创作挑战赛#

导读：小孩子到了6岁之后就会逐渐开始进入到换牙期，原本的乳牙将会被新长出来的恒牙替代，而在换牙期的小孩，牙齿长歪也是常有的事情。在现代社会的审美追求之下，父母们都希望自己的小孩能够拥有一副整齐的牙齿，因此往往都会特别焦虑孩子牙齿长歪的问题。

首先，在孩子的换牙期内，新长出来的恒牙由于各种原因经常会有长歪的情况发生，比如：孩子的乳牙滞留了，恒牙的生长没有足够的位置，就会变成“双排牙”的情况；又或者孩子平时不正确的呼吸方式，睡觉时候有张嘴的情况，气流的长期影响也会让牙齿长歪。

当然了，其中也不排除孩子平时一些喜欢用舌头去舔、推还未完全长出来的牙齿，也会导致牙齿位置长歪的问题。并且，恒牙在换牙期的生长由于空间位置都还没有固定下来，长歪也是正常的事情，这些情况都会随着后续牙齿的生长发育而慢慢调整过来的。

其次，在换牙期间，良好的用牙习惯会更有利于牙齿后续的生长，避免牙齿长歪的情况发生，并且我们也可以通过一些辅助的手段来帮助口腔中的牙齿位置做正向的纠正，争取让孩子已经长歪了的牙齿回归到正常的位置，对此就要注意好以下这几点问题：

### 1、注重饮食补钙

小孩子的牙齿生长是需要足够的

钙质作为支撑的，如果身体缺钙就会影响到牙齿正常的生长发育，因此在日常中就要多注意给孩子补充足够的钙质。在平时可以给孩子多喝牛奶、各种豆类及制品、海产品等，这些食物都具有丰富的钙质。

重要提示：孩子在换牙期的牙齿长歪后期也会通过牙齿生长和颌骨的发育来逐渐调整位置。所以，在换牙期完成之前，我们都只能够通过日常的一些方法和手段来辅助孩子牙齿的健康生长。如果孩子换牙期过后牙齿还是歪的，就要及时去做牙齿纠正。

今日话题：你们家的小孩第一颗牙齿是什么时候掉落的？欢迎留言讨论。