

5月15日是世界正畸健康日。

这个健康日在2017年4月才正式确定，设立它的目的在于：唤起公众对于口腔正畸的认识，促进广大正畸医师为公众提供健康的正畸治疗。如果您即将踏上口腔正畸之路，希望这篇文章能帮您走得更顺畅。

正畸的过程并不是一个机械的过程，不像搬桌子似的，把它推到那儿就行了。实际上，正畸是一个诱导生长的过程。我们给牙齿的发育设定一个轨道，引导它每天、每月、每年沿着这个轨道一点一点向我们希望的方向移动。所以正畸的本质是一个生理过程，是一个骨改建的过程。

儿童青少年的牙齿比成人的牙齿“走得快”，不仅牙槽骨的发育有优势，颌骨也有调整的余地。比如轻度的骨骼畸形可以微调——下颌前导一点儿、上颌扩宽一点儿，但这种微调不适用于成年人。

正畸也不能太早进行，需要等到恒牙全部换完才能开始，不能在调整过程中又长出新的牙齿。恒牙全部换完一般在12~14岁，青少年生长发育的结束年龄是16~18岁，所以最佳的正畸年龄段是恒牙全部长齐的十一二岁到青春期结束的十八九岁之间。

具体选择什么时间开始正畸，因人而异，比如有“地包天”或者偏侧咀嚼等情况的青少年，就需要早一点开始干预。建议在每年的口腔体检中听从医生的建议，最终确定正畸时间。

成年人正畸不只受年龄限制

不同于儿童青少年，成年人的生长发育潜力基本没有了。所以，成年人正畸时，无法通过颌骨塑形刺激生长发育，而要通过一些掩饰性治疗来达到目的。

另外，随着年龄的增加，成年人的颞下颌关节问题、牙周问题、口腔内充填体等问题会比较多，需要在正畸过程中加强与医生的沟通。

严格地说，年龄不是绝对的限制因素，反而是成年人本身的一些疾病、身体条件才是真正的限制因素。在一次国际年会上，一位来自北欧的正畸专家介绍，他的患者都是六七十岁的老年人。为了保持牙齿的功能和美好的笑容，这些老年人选择口腔正畸。不过，成年人的基础疾病在没有得到充分治疗、控制前，口腔正畸有可能使疾病的控制“雪上加霜”。

正畸中的常见问题

问

可以自行选购市面上的正畸产品进行牙齿矫正吗？

口腔正畸的专业技术性较强，不建议患者自行选购和实施。只有装备，没有技术，装备可能会带来很多副作用。所以建议在正畸这件事上，专业的事还是要由专业的人来做。

答