

种牙流程及术前术后注意事项

一、种牙完整流程

种牙，医学上称为“口腔种植体植入术”，是将人工种植体（模拟牙根）植入牙槽骨内，再通过基台连接人工牙冠，最终恢复牙齿咀嚼和美观功能的修复方式。整个流程通常分为术前检查、种植体植入、愈合期、牙冠安装四个核心阶段，具体如下：

(一) 术前检查与方案设计

这是种牙成功的基础，主要目的是评估口腔健康状况和全身条件，制定个性化种植方案。

- 口腔局部检查：医生会检查缺牙区牙槽骨的高度、厚度、密度，查看邻牙健康状况、牙龈是否有炎症，同时评估口腔卫生情况。
- 影像学检查：通过口腔CT（核心检查）清晰显示牙槽骨形态、骨量，以及重要神经、血管的位置，避免手术损伤；必要时会拍摄口腔全景片辅助判断。
- 全身健康评估：询问患者病史，如是否有高血压、糖尿病、心脏病、骨质疏松症等慢性疾病，是否正在服用抗凝药物（如阿司匹林），女性需确认是否处于孕期或哺乳期。若有基础疾病，需先控制病情稳定后再进行手术。
- 方案制定：医生根据检查结果，确定种植体的品牌、型号、植入位置和深度，同时规划是否需要进行骨移植、牙龈修整等辅助手术。

(二) 种植体植入手术（一期手术）

该阶段是将人工种植体植入牙槽骨内，手术通常在局部麻醉下进行，全程无痛，时长根据种植体数量和口腔条件而定，单颗种植一般30-60分钟。

- 麻醉与消毒：对手术区域进行局部麻醉，待麻醉生效后，对口腔进行彻底消毒，铺设无菌巾，确保手术环境无菌。
- 切口与翻瓣：在缺牙区牙龈上做一个小切口，将牙龈组织向两侧翻开，暴露下方的牙槽骨。
- 制备种植窝：使用专用的种植手机，在牙槽骨上按照预先设计的位置和角度，逐步钻制出与种植体匹配的“种植窝”，过程中会不断用生理盐水冷却，避免骨组织因高温受损。
- 植入种植体：将人工种植体（通常为纯钛或钛合金材质，生物相容性好）缓慢植入种植窝内，调整位置后，用专用螺丝固定。
- 缝合与止血：检查种植体稳定性后，将翻开的牙龈组织复位，用缝线缝合切口，在创口处放置止血棉卷，让患者咬紧压迫止血。

(三) 愈合期（骨结合阶段）

种植体植入后，需要一定时间与牙槽骨形成牢固的“骨结合”，这是种植体稳定的关键，愈合时间通常为3-6个月，具体因人而异（骨量充足者愈合较快，骨量不足或进行骨移植者愈合时间可能延长至6-9个月）。

- 术后初期愈合：术后1-2周，牙龈切口逐渐愈合，期间需遵医嘱服用药物、护理创口，避免感染。
- 骨结合期：种植体与牙槽骨通过细胞生长实现融合，此阶段患者无明显不适，可正常进食（避免用手术侧咀嚼），但需定期复查（术后1个月、3个月），医生通过影像学检查评估骨结合情况。
- 二期手术（若需）：对于牙龈较薄或种植体位置较深的患者，可能需要在骨结合完成后进行二期手术，即切开牙龈，暴露种植体顶端，安装“愈合基台”，让牙龈围绕基台形成自然的牙龈形态，该阶段愈合时间约2-4周。若种植体植入时已直接安装愈合基台，则可跳过此步骤。

（四）牙冠安装（修复阶段）

骨结合完成且牙龈愈合良好后，进入最终的修复阶段，安装人工牙冠，恢复牙齿功能和美观。

- 取模与咬合调整：医生拆除愈合基台，安装“转移杆”，然后用专用材料取患者口腔内种植体位置及周边牙齿的模型，将模型送至义齿加工厂制作牙冠。同时，会进行咬合测试，确保牙冠安装后咬合正常。
- 牙冠制作：加工厂根据模型，采用全瓷、烤瓷等材质制作人工牙冠（全瓷牙冠美观度高、生物相容性好，是目前主流选择），制作周期约1-2周。
- 安装与调试：牙冠制作完成后，医生将其通过基台与种植体连接固定，检查牙冠的贴合度、美观度和咬合情况，若有不合适之处进行微调，确保患者佩戴舒适、咀嚼正常。

二、术前注意事项

（一）口腔准备

- 术前1-2周需彻底清洁口腔，治疗口腔内的炎症，如牙龈炎、牙周炎、口腔溃疡等，避免炎症影响手术创口愈合，增加感染风险。
- 术前1天清洁牙齿，可使用牙线清理牙缝内的食物残渣，保持口腔卫生。

（二）全身状态准备

- 有高血压、糖尿病、心脏病等慢性疾病的患者，需提前告知医生，术前需将病情控制在稳定范围内（如血压控制在140/90mmHg以下，血糖控制在7mmol/L左右），避免手术中出现并发症。

- 术前1周需停止服用抗凝药物（如阿司匹林、华法林等），具体停药时间需遵医嘱，防止手术中出血过多；若因病情无法停药，需提前与医生沟通，制定相应的止血方案。
- 女性需避开孕期、哺乳期和月经期，因为这些时期身体激素水平变化，可能影响创口愈合，增加感染风险。
- 术前保证充足睡眠，避免熬夜，保持良好的精神状态，避免过度紧张。

(三) 术前饮食与作息

- 手术当天早餐需适量进食，避免空腹手术，防止因麻醉或紧张导致低血糖；但需避免食用过于油腻、辛辣的食物，以免引起肠胃不适。
- 术前禁止吸烟、饮酒，吸烟会影响牙槽骨血液循环，降低骨结合成功率，增加感染和创口愈合不良的风险；饮酒可能加重麻醉反应，增加手术中出血的可能性。

(四) 其他注意事项

- 术前需携带相关检查报告（如口腔CT片、全景片）和病历本，方便医生再次确认手术方案。
- 若有过敏史（如药物过敏、金属过敏等），需提前告知医生，避免使用过敏药物或材料。
- 手术当天建议穿着宽松、舒适的衣物，避免穿高领、紧身衣物，方便手术操作和术后休息；不要佩戴首饰、眼镜等物品，以免影响手术。

三、术后注意事项

(一) 术后即时护理（术后2小时内）

- 术后需咬紧止血棉卷30-40分钟，压迫创口止血，期间不要说话、不要吐口水，避免因口腔负压导致血凝块脱落，引起出血或干槽症。
- 术后2小时内禁食、禁水，避免进食时食物刺激创口，同时防止麻醉未消退时咬伤嘴唇、舌头。
- 术后可能会出现轻微的疼痛、肿胀、麻木感，这是正常现象，若疼痛或肿胀剧烈，需及时告知医生。

(二) 术后饮食护理（术后24小时内及愈合期）

- 术后24小时内：只能进食温、凉、软的流质或半流质食物，如牛奶、酸奶、果汁、粥、蒸蛋羹等，避免食用过热、过烫、坚硬、辛辣、油炸的食物，过热的食物会使血管扩张，增加出血风险；坚硬的食物可能碰撞到创口，导致血凝块脱落。
- 进食时需使用非手术侧咀嚼，避免食物残渣进入创口，引起感染。

- 术后24小时内禁止用吸管喝水或喝碳酸饮料，以免口腔负压导致血凝块脱落。
- 愈合期内（3-6个月）：逐渐过渡到正常饮食，但仍需避免咬嚼过于坚硬的食物（如坚果、骨头、硬糖等），以免种植体受力过大，影响骨结合。

（三）术后口腔护理

- 术后24小时内禁止刷牙、漱口，避免刺激创口，导致血凝块脱落；24小时后可使用温和的漱口水（如氯己定含漱液）漱口，每天3-4次（饭后及睡前），每次含漱1-2分钟，抑制细菌生长，保持口腔清洁。
- 术后3-5天可恢复刷牙，使用软毛牙刷，避开手术创口区域，轻轻清洁其他牙齿，避免损伤牙龈；术后1周内不要使用牙线清理手术区域周边的牙缝，以免刺激创口。
- 避免用舌头舔、吸吮创口，或用手触摸创口，防止感染。

（四）术后生活习惯与活动

- 术后1周内禁止吸烟、饮酒，吸烟会严重影响牙槽骨血液循环和骨结合，增加感染、创口愈合不良、种植体失败的风险；饮酒可能加重肿胀和疼痛，影响恢复。
- 术后24小时内避免剧烈运动（如跑步、游泳、健身等），避免过度劳累，保证充足休息，减少身体消耗，促进创口愈合；术后1周内避免进行热敷或桑拿，以免扩张血管，加重肿胀和出血。
- 术后睡觉时可适当垫高头部（用2-3个枕头），减少头部充血，缓解面部肿胀。

（五）术后用药与复查

- 遵医嘱按时服用抗生素（如头孢类、甲硝唑等）预防感染，服用止痛药（如布洛芬）缓解疼痛，服药期间若出现恶心、呕吐、皮疹等不良反应，需立即停药并告知医生。
- 严格按照医生要求的时间复查：通常术后1-2天复查，检查创口出血、肿胀情况；术后7-10天复查，拆除缝线（若为不可吸收缝线）；术后1个月、3个月、6个月复查，评估骨结合情况，后续根据恢复情况安排牙冠安装相关复查。

（六）异常情况处理

若术后出现以下异常情况，需及时联系医生或前往医院就诊：

- 创口持续出血，出血量较大，或术后24小时后仍有新鲜血液渗出；
- 面部肿胀、疼痛剧烈，且逐渐加重，或肿胀范围扩散至眼部、颈部；
- 创口出现红肿、化脓、裂开，或有异味分泌物；

- 出现发热、乏力等全身不适症状；
- 种植体出现明显松动，或感觉口腔内有异常金属味。

温馨提示：种牙后的长期维护也很重要，牙冠安装完成后，需坚持每天早晚刷牙、饭后漱口，定期（每6个月）进行口腔检查和洗牙，避免种植体周围炎的发生，延长种植体的使用寿命。