



中山醫學大學附設醫院 口腔醫學部

活動假牙裝戴注意事項

一、初戴活動假牙時可能產生的狀況：

口內常有異物感、唾液增多，或是發音不清、咀嚼不便，這屬於正常現象，只要堅持戴用，以上症狀便可逐漸消失，而初戴上假牙也可能會有疼痛的情形發生，可能有黏膜壓痛的現象，甚至出現黏膜潰瘍。此時可先暫停配戴，等傷口癒合或疼痛改善再行配戴，儘快預約回診作假牙調整，回診前一天務必戴滿假牙 4 小時。之後務必要配合醫師指示回來複診，將假牙做調整與檢查。每個人的適應時間長短不一定，但務必要有耐心，多次的調整可以讓您的假牙用起來更舒適。

二、假牙的戴入與取出：

戴假牙，開始應依照醫師所指示的方式耐心地練習，遵循一定的方向戴入取出，不可急躁強行摘戴。戴假牙時，應用手戴制定位後再咬合，絕對不可以用牙咬合就位，以免損壞假牙。

三、食物的注意：

初戴假牙不宜吃太硬或太黏食物，應將食物切成小塊進食且須雙側同時咀嚼，並且先練習吃軟的食物，待適應後再逐漸咀嚼較硬食物。每個人對於咀嚼多硬食物，因人而異，每人牙齦承受食物硬度的耐受程度不同。

四、假牙佩戴之時間：

活動假牙必須每天佩戴，若超過 3 天不戴可能會無法再戴入，因剩餘的牙齒會移位，造成裝戴困

難，為了讓黏膜得到休息，每天至少休息 8 小時（但不能超過 24 小時）切記晚上不可以戴著假牙睡覺。

五、 假牙與口腔的清潔：

飯後應將假牙取下清洗乾淨後再戴上，以免食物殘渣堆積於假牙上。睡前應取下假牙，並將口腔中剩餘牙齒清潔乾淨·再用軟毛牙刷或假牙專用牙刷，將假牙由內到外，仔細輕輕刷洗每個地方，但必須注意拿穩假牙，或是在水盆內注水，以免假牙不小心摔落斷裂。

六、 假牙的保存：

假牙不戴時將假牙清潔之後，應用清水沖洗乾淨，浸泡假牙的水最好是已過濾或煮沸後的冷開水，切勿使用自來水。另外亦可使用市面販售的假牙清潔劑進行消毒殺菌浸泡時間視活動假牙情況而定，原則上至少須 30 分鐘。但不可用滾燙開水、消毒水或酒精浸泡。

七、 複診：

假牙戴用後，如有不適，應及時回診調整，不要自行修磨，也不宜長期不戴，否則因口腔內組織的變化使假牙不能再使用。戴用假牙後，每隔半年至一年到醫院複診檢查一次，以便發現問題及時處理·確保支持組織的健康。

T2M000-衛教 07

照顧您口腔健康的好朋友
美牙專線：04-24718668