

# 上海市青少年健康知识网上竞答——小学低年级组

## 口腔健康

### 一、单选题

1. 正确的刷牙方法是：A
  - A. 上牙往下刷，下牙往上刷，咬合面前后刷
  - B. 前后刷
  - C. 上下刷
2. 儿童每天至少刷几次牙：B
  - A. 1次
  - B. 2次
  - C. 不用每天刷
3. 预防蛀牙要尽量少吃甜品和含糖饮料，尤其在什么时候不要吃：C
  - A. 早餐前
  - B. 晚餐后
  - C. 睡觉前
4. 蛀牙早期症状是：A
  - A. 一般没有感觉，只有在医生检查时才可发现
  - B. 遇酸、甜、冷、热等刺激时会疼痛不适
  - C. 由冷、热刺激引起的疼痛十分明显
5. 儿童应该隔多久去医院检查牙齿？A
  - A. 半年
  - B. 一年
  - C. 两年
6. 牙刷一般应多长时间换一把A
  - A. 3个月
  - B. 6个月
  - C. 更长时间
7. 下列哪项不是牙膏的作用：B
  - A. 消除口臭
  - B. 味香治疗龋齿
  - C. 保护牙齿
8. 人体最硬的组织是什么？C
  - A. 骨头
  - B. 肌肉
  - C. 牙齿
9. 晚上没有吃零食，我们睡前A
  - A. 仔细刷牙
  - B. 不必刷牙

- C. 不刷牙，但是要漱口
10. 挑选牙刷，我们应该选择 B
- A. 价格昂贵的牙刷  
B. 适合自己的保健牙刷  
C. 尽可能大的牙刷
11. 挑选牙膏，我们应该选择 A
- A. 能针对自己口腔问题的牙膏  
B. 越香的牙膏越好，更能保持口气清新  
C. 牙膏都一样，可随意挑选
12. 一家有三口人，我们应该准备几支牙刷 B
- A. 1 支  
B. 3 支  
C. 2 支
13. 发现自己的牙齿上有小黑点，但是不影响吃东西时，我们应该 B
- A. 不影响吃东西就不用在意  
B. 及时前往医院检查牙齿  
C. 自己用棉花填充“小黑洞”  
D. 增加刷牙次数
14. 当发现自己的牙龈红肿疼痛时，我们应该 C
- A. 少吃东西，自然痊愈  
B. 用舌尖反复舔红肿部位  
C. 立刻前往医院检查
15. 当发现自己有牙结石时，应该 A
- A. 及时到医院清洁牙结石。  
B. 喝碳酸饮料将牙结石腐蚀  
C. 用牙签抠牙齿上的牙结石
16. 正常情况下，恒牙从什么时候开始替换乳牙，什么时候全部替换完成 B
- A. 1 岁，6 岁  
B. 6 岁，12 岁  
C. 3 岁，13 岁

## 二、多选题

1. 正确保管牙刷的方法是： ABC
- A. 刷牙后要用清水多次冲洗牙刷  
B. 牙刷置于通风处充分干燥  
C. 刷毛上的水分甩干  
D. 浸泡在开水中
2. 换牙时应做到： AD

- A. 避免用刚长出的牙齿咬硬东西  
B. 用舌头舔刚长出的牙齿  
C. 经常吮手指  
D. 饭后漱口，早晚坚持刷牙
3. 蛀牙的原因是： AC  
A. 细菌  
B. 病毒  
C. 食物中的糖  
D. 寄生虫
4. 导致牙齿磨损的主要原因有 ABCD  
A. 干咬牙  
B. 使用劣质摩擦剂的牙膏  
C. 横刷牙  
D. 梦中磨牙
5. 儿童口腔不良习惯包括 ABCD  
A. 吮指  
B. 吐舌  
C. 用口呼吸  
D. 咬下唇
6. 健康牙齿的标准有哪些？ ABCD  
A. 牙齿清洁  
B. 无龋洞、无痛感、无出血现象  
C. 牙龈色泽正常  
D. 排列整齐
7. 刷牙应注意的问题有哪些？ ABCD  
A. 牙刷放置的起始部位与刷牙顺序  
B. 刷牙频数  
C. 刷牙范围与时间  
D. 睡前进食后补充刷牙
8. 我们应该怎样保护牙齿？ ABC  
A. 每天认真刷牙  
B. 少吃甜食  
C. 定期去医院进行口腔检查  
D. 经常外出旅游
9. 长时间不认真刷牙会带来哪些坏处？ ABCD  
A. 口臭  
B. 牙齿发黄  
C. 虫牙，“龋齿”  
D. 牙齿脱落

### 三、判断题

1. 不能通过吃治疗寄生虫的药治疗蛀牙。 √
2. 牙刷在刷完牙后应将毛刷的一头朝下放在口杯内。 ×

3. 蛀牙会自然痊愈。 ×
4. 蛀牙是由于寄生虫寄生在牙齿中导致的。 ×
5. 不可以和别人共用牙刷，但是牙刷杯可以共用。 ×