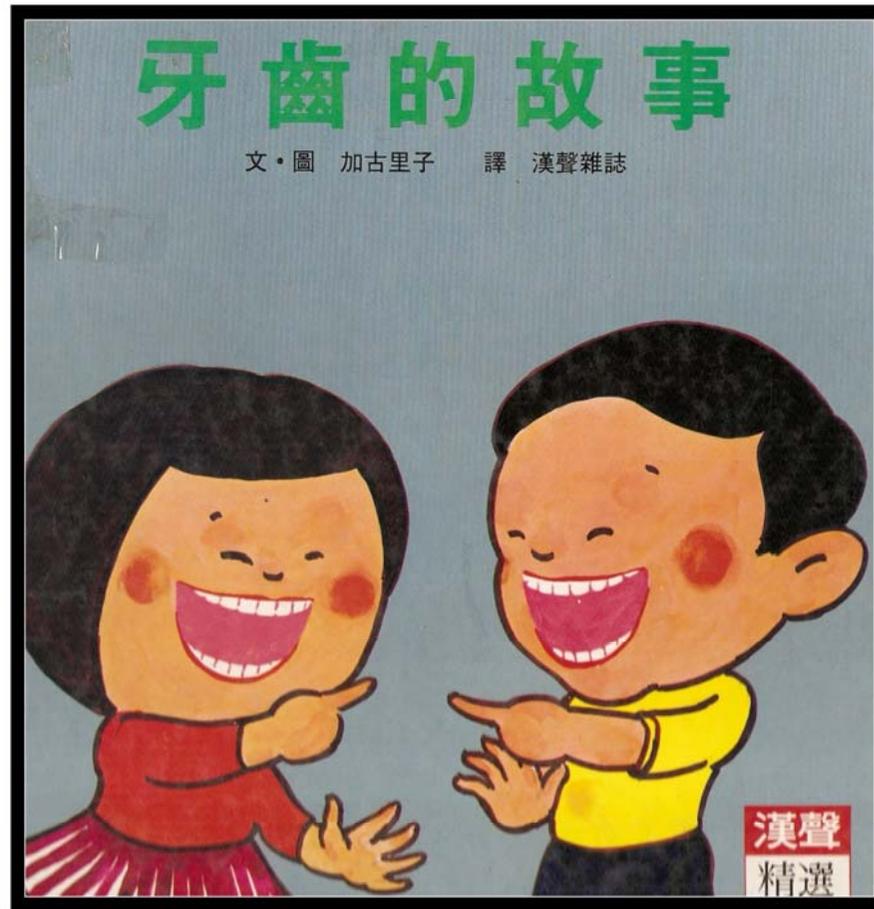


# 牙齒的故事



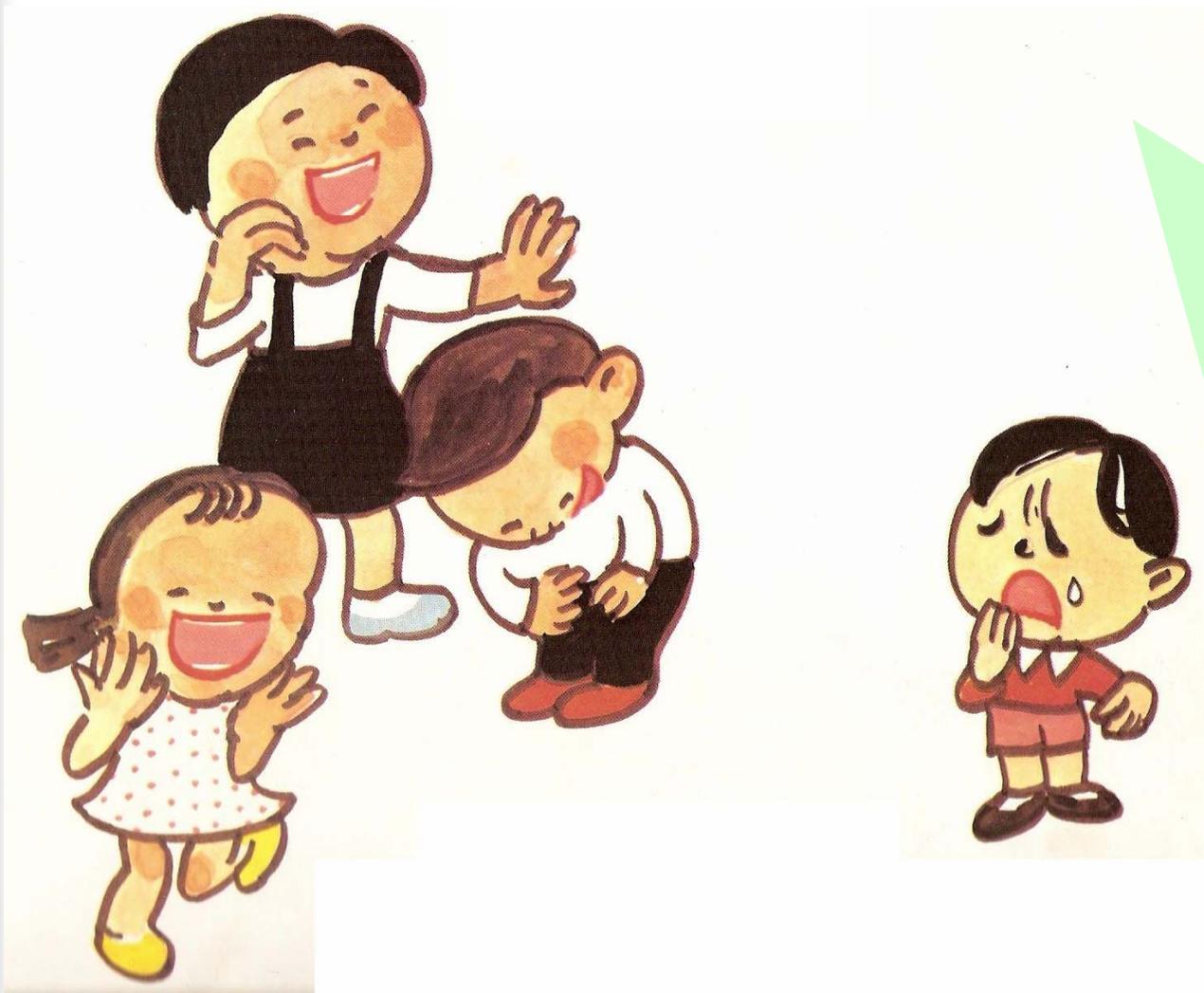
陳孜涵老師製作

哈哈 哈！哈！哈！  
啊哈哈 啊！哈！哈！

大家笑的好開心喔！  
哈哈！  
白白的牙齒露出來了。



哇哈哈 哇！哈！哈！



咦？是誰哭了？  
大家都在笑，他為什麼哭呢？

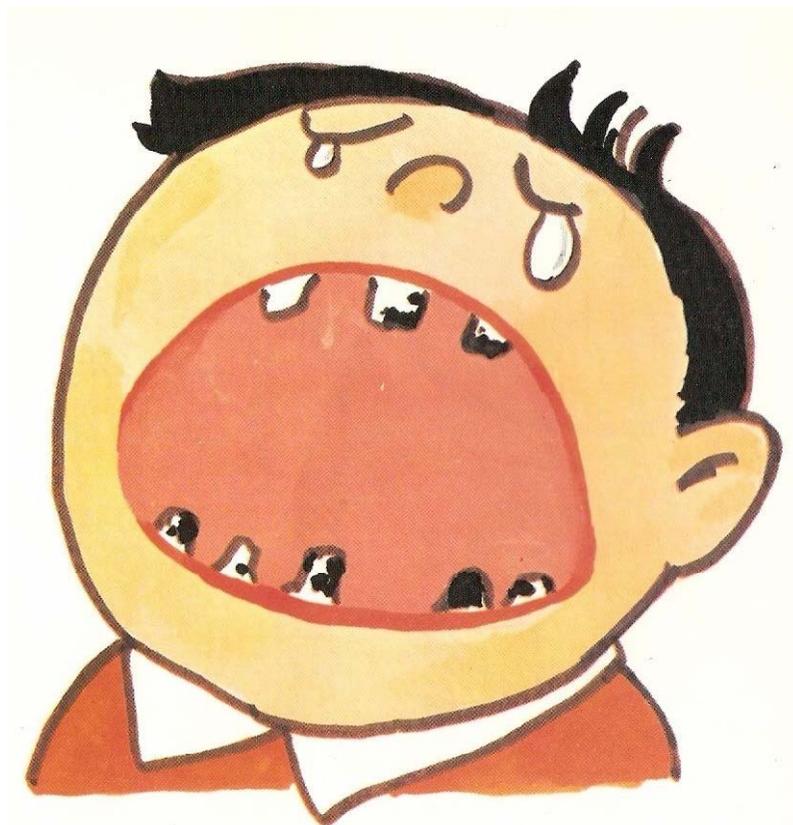
嗚.....

嗚.....



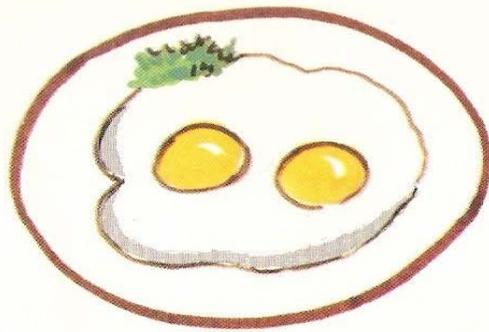
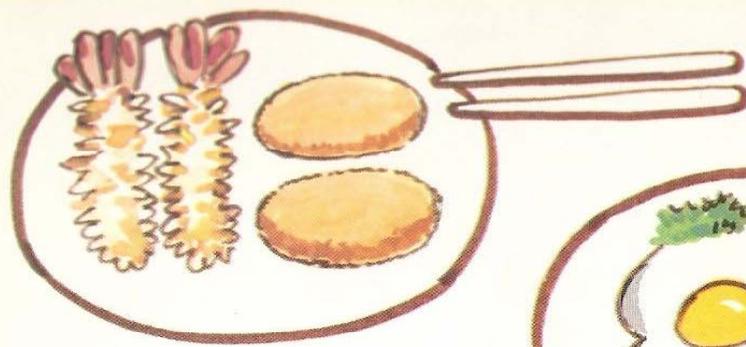
哦，哦，哦！我知道了。  
原來是牙齒痛啊！

哇！有這麼多蛀牙，難怪會牙痛了。



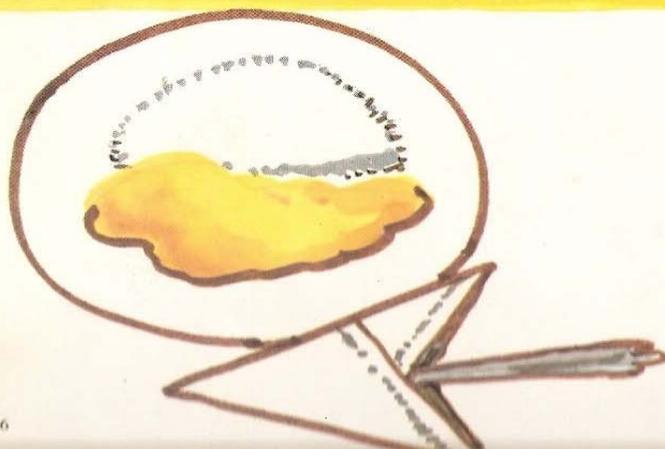
牙齒痛起來，  
連大人也會哭喔！

你會不會害怕牙痛，  
就想乾脆不要牙齒了？

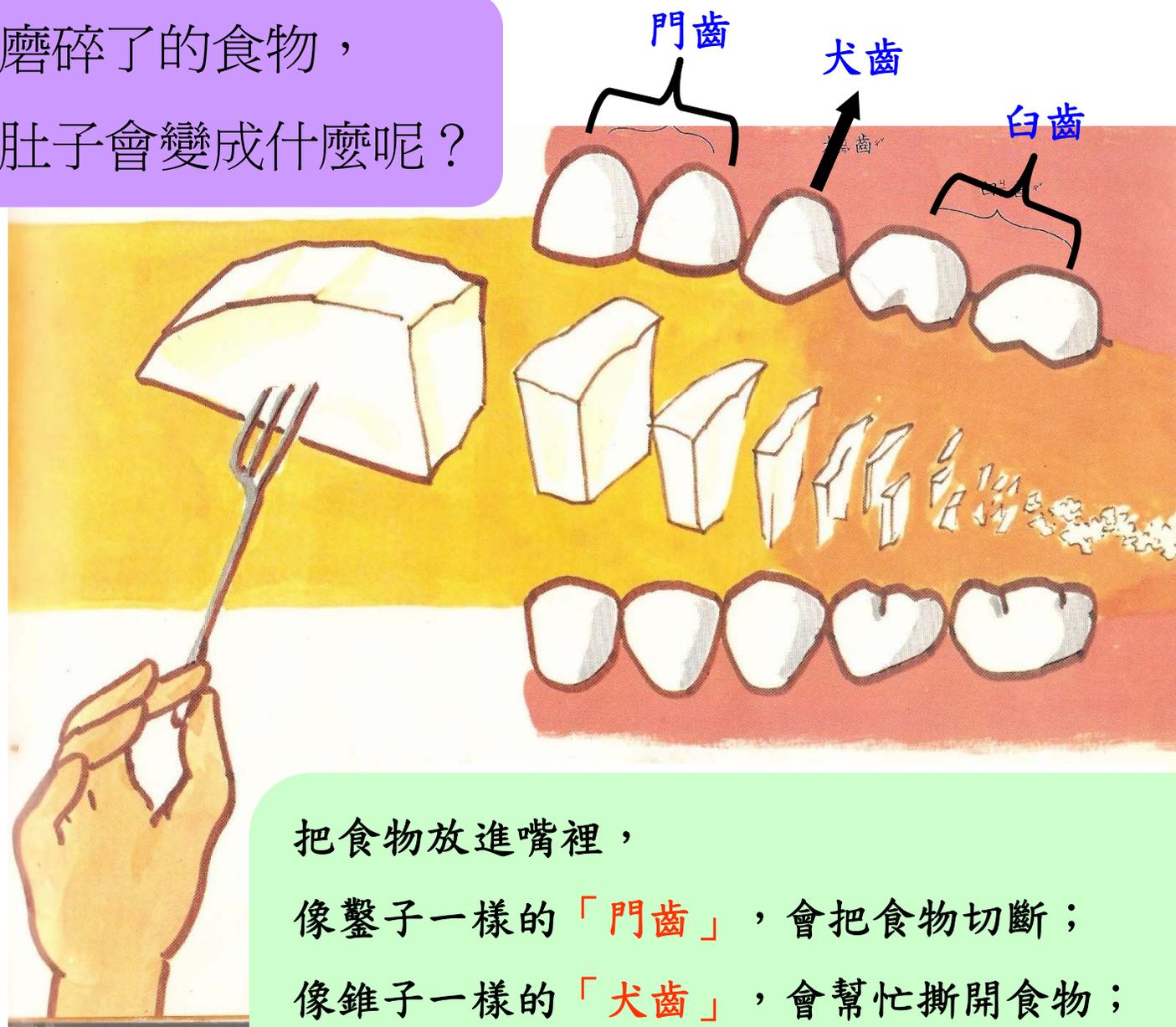


你一定喜歡吃各式各樣**好吃的東西**。

要是沒有牙齒，怎麼吃這些好吃的東西呢？



這些磨碎了的食物，  
進入肚子會變成什麼呢？



把食物放進嘴裡，

像鑿子一樣的「**門齒**」，會把食物切斷；

像錐子一樣的「**犬齒**」，會幫忙撕開食物；

像石臼一樣的「**臼齒**」，會把食物磨碎。

磨碎了的食物，  
進入肚子就變成「營養」。

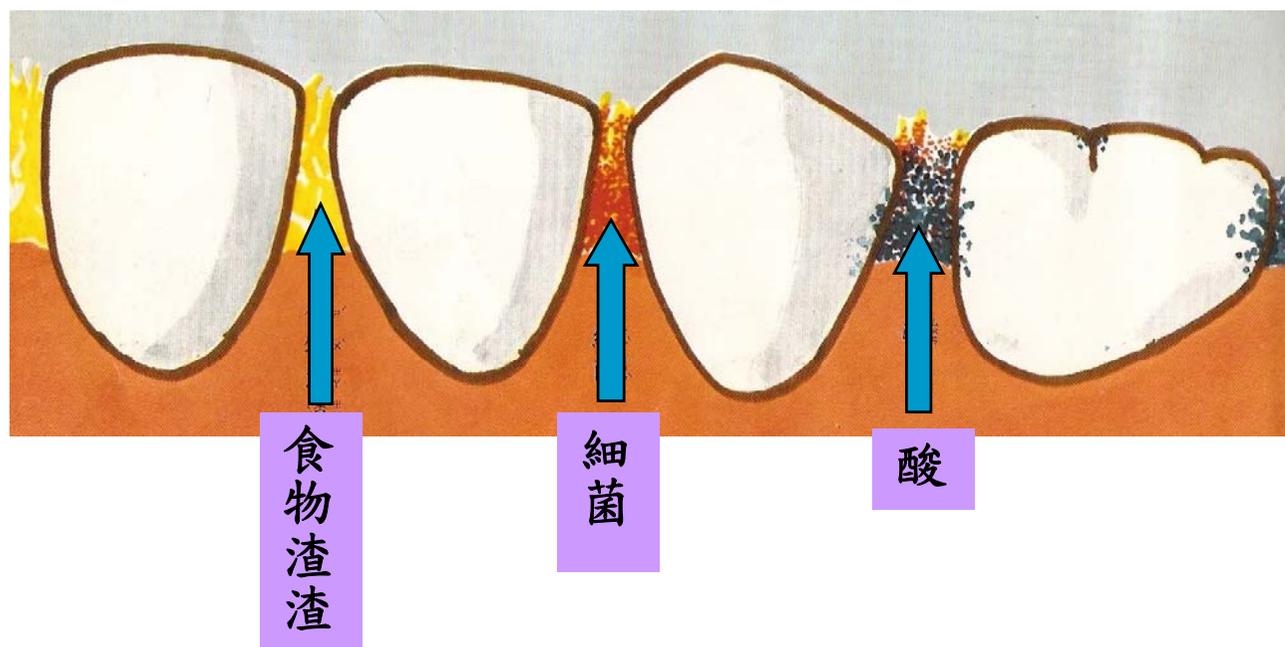
如果沒有牙齒把食物  
切斷、撕開、磨碎，  
再好吃的東西也不會  
變成營養。





如果沒有營養，  
我們就會變得**又瘦又弱**

這麼重要的牙齒，  
為什麼會變成**蛀牙**呢？



吃過東西後，會有一些細小的食物渣渣，留在牙齒的縫裡。

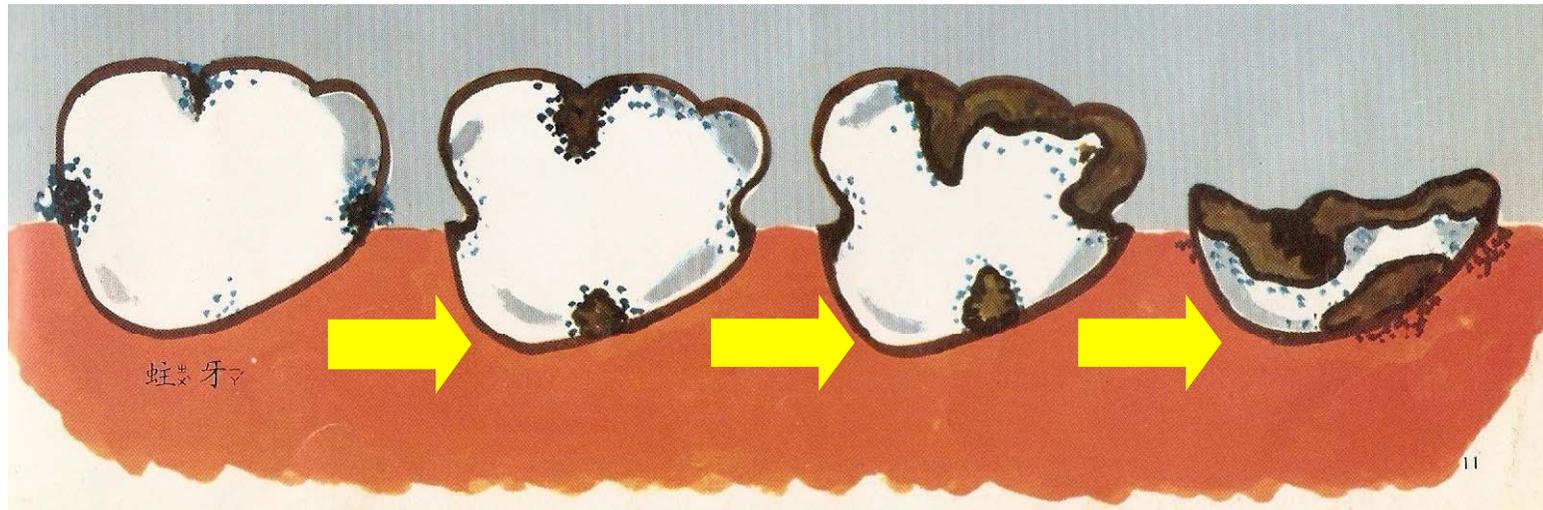
細菌拿這些渣渣當食物，就會越長越多了。

細菌會製造一種叫「酸」的東西。

「酸」能融化堅硬的牙齒。

所以，食物的殘渣要是留在牙縫裡，  
堅硬的牙齒就會一點一點的融化。  
如果我們不注意，牙齒就會有一個一個小洞洞。  
有了洞洞的牙齒，就是蛀牙。

## 可怕的蛀牙



怎樣才能預防蛀牙呢？



對了！要把留在牙縫裡的食物殘渣清除乾淨。

這就需要刷牙。

你是不是天天都刷牙呢？



有人說：「我天天刷牙，還是有蛀牙！」

為什麼天天刷牙也會蛀牙呢？

你喜歡吃糖果、蛋糕，喝汽水，嚼口香糖吧？

這些東西裡含有很多**糖份**，

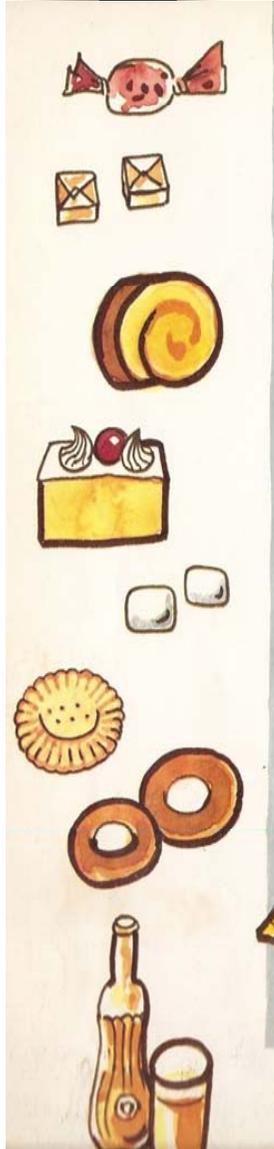
糖在嘴巴裡，就會變成**酸**。

這些酸一樣會把牙齒融化，形成一個個小洞洞。

所以常常吃**甜**的東西，很容易會有**蛀牙**。

這麼說，天天刷牙，不吃太多甜食，

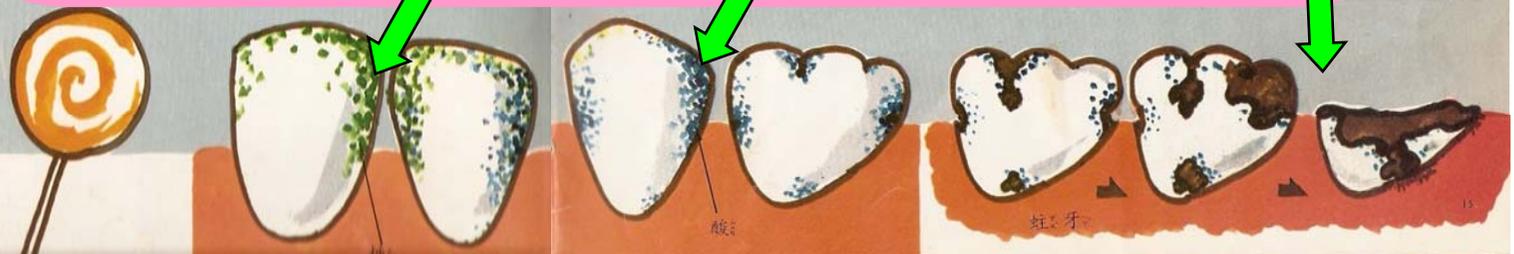
就會有健康的牙齒嗎？



糖

酸

蛀牙



牙齒是我們身體的一部份，  
也需要食物中的營養。

吃東西的時候，  
如果**偏食**，就長不出好的牙齒。  
不好的牙齒，很容易蛀掉。





你才能好好的用力咀嚼食物。  
用門齒、犬齒、白齒  
把食物咬斷、撕開、磨碎，  
食物進入肚子後，  
我們就可以得到營養。  
身體才會越來越健康。



各式各樣有營養的食物，  
常常在陽光下  
和新鮮的空氣中做運動，  
才有強壯的身體  
和健康的牙齒。

如果你的牙齒壞了，或是有了蛀牙，  
你就沒辦法用力咀嚼食物，  
身體也就不容易得到營養。  
營養不良，身體就會瘦弱，容易生病。  
這樣你還會快樂嗎？



你的牙齒都很健康嗎？  
排列的很整齊嗎？

我們小時後長的牙齒，會一顆一顆掉落，再長出新的牙齒。

每個人都只有一次換新牙的機會。

在換牙以前，如果**乳牙**蛀了、碰壞了或是缺牙，

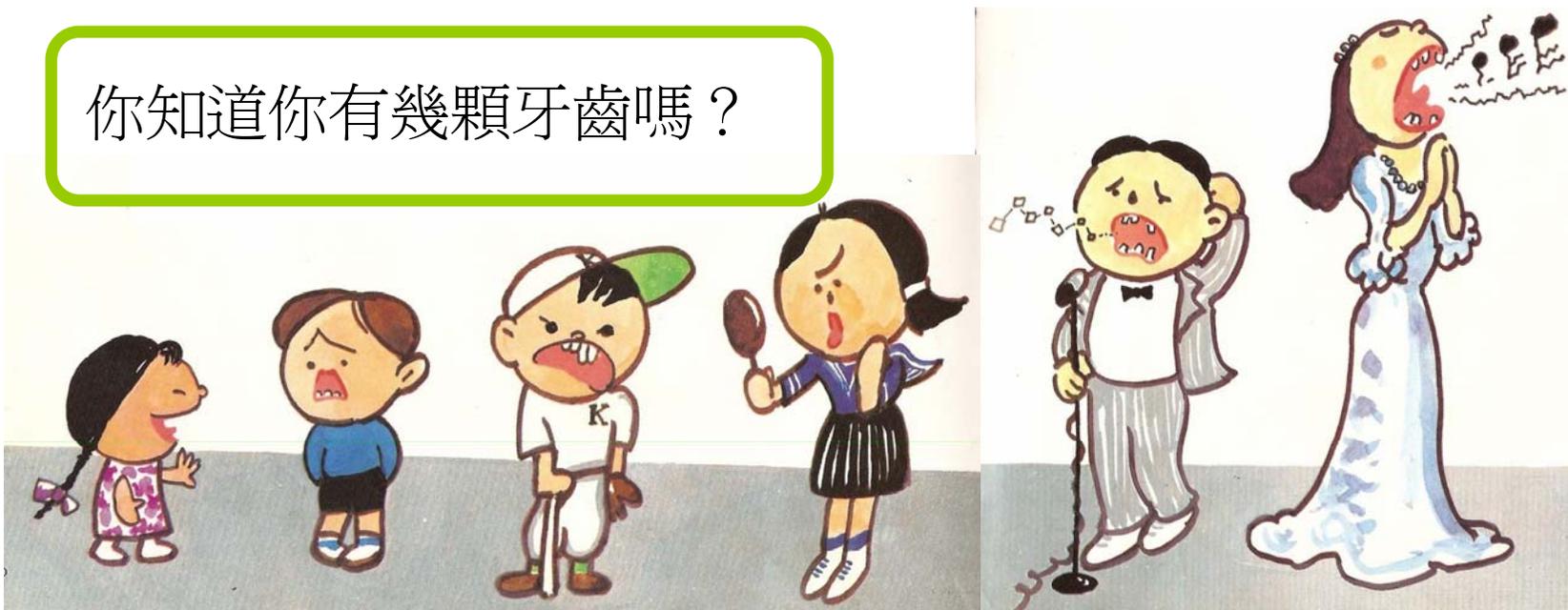
再長出來的牙齒就會歪曲、傾斜、不整齊。

我們沒有整齊的牙齒，不能好好的咀嚼食物，就得不到充分的營養。

我們沒有整齊的牙齒，也不能好的唱歌、說話，就會變成不快樂的人。

所以不管是大人或是小孩，我們現在嘴巴裡的牙齒都是很重要的。

你知道你有幾顆牙齒嗎？





你算得出來嗎？

上面和下面都有好多顆喔！

這麼多數的清楚嗎？

那麼把牙齒排列整齊，數數看吧！

齒齒齒齒齒... ..

上面和下面都排列起來，會變成：

齒齒齒齒齒... ..

齒齒齒齒齒... ..

小孩子有20顆牙齒，  
所以小孩子的牙齒，  
排列起來是這樣的：

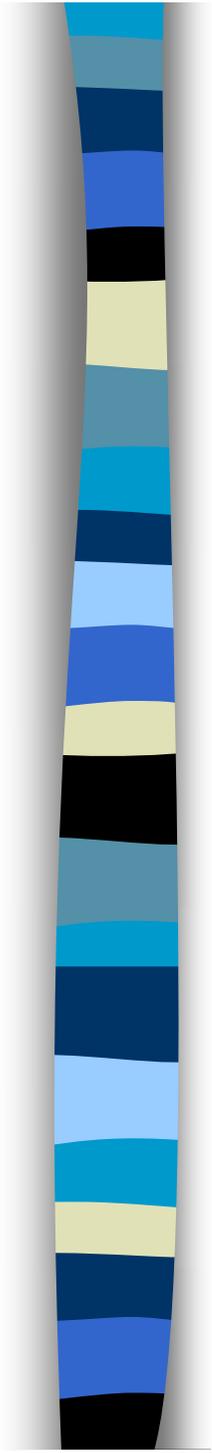
齒 齒 齒 齒 齒 齒 齒 齒 齒 齒  
齒 齒 齒 齒 齒 齒 齒 齒 齒 齒

大人有32顆牙齒。  
所以大人的牙齒，  
排列起來是這樣的：

齒 齒 齒 齒 齒 齒 齒 齒 齒 齒 齒 齒 齒 齒 齒 齒  
齒 齒 齒 齒 齒 齒 齒 齒 齒 齒 齒 齒 齒 齒 齒 齒

小朋友，如果你有健康的  
牙齒，就張大嘴巴，  
露出牙齒，和我們一起  
哈哈大笑吧！





# 圖書密碼

- 文・圖：加古里子
- 譯：漢聲雜誌
- 出版社：英文漢聲出版