

口腔

微损伤

健康

2021 饮食习惯与 口腔微损伤报告



云南白药
YUNNAN BAIYAO
口腔健康



阿里健康

CBNDATA

第一财经商业数据中心

© 2021 CBNDATA. All rights reserved.



目录

TABLE OF CONTENTS



01

国民口腔微损伤
健康现状



02

线上口腔微损伤
消费趋势



03

口腔微损伤
防治小贴士



目录

TABLE OF
CONTENTS

PART 国民口腔微损伤 健康现状 01

我国口腔患者人数逐年增长，口腔问题成为国民一大健康困扰

自2010年来，我国口腔患者人数逐年增加并已在2019年达到7亿人，占全国总人口的一半；丁香医生2021年的国民健康调研数据显示，口腔问题位列国民健康困扰Top5且较去年上升1位，我国的国民口腔健康已经成为了不可忽视的问题。

2015-2020中国口腔患者人数（亿人）



数据来源：卫生部 前瞻产业研究院整理

国民健康困扰 Top10



数据来源：丁香医生《2021国民健康洞察报告》

口腔微损伤为最常见口腔问题，口腔黏膜与口腔健康息息相关

口腔微损伤作为覆盖率最为广泛的口腔问题，极易被人们忽视，口腔黏膜是人体健康的第一道防线，具备重要的屏障保护功能及感觉功能，口腔的护理不仅是硬组织的牙齿护理，口腔黏膜软组织的护理更是至关重要。

口腔微损伤

口腔微损伤，是由不良口腔卫生习惯与生活习惯等多种因素导致的口腔组织微小损伤及口腔黏膜破损，随即引发牙龈出血、牙龈肿胀、口腔溃疡、口腔异味、牙齿敏感等口腔问题。

资料来源：云南白药口腔健康医学研究中心

口腔黏膜——健康的第一道防线



唾液屏障

口腔黏膜的第一道屏障



上皮屏障

完整的黏膜能够阻止异物、微生物入侵



免疫屏障

能产生淋巴因子发挥免疫功能

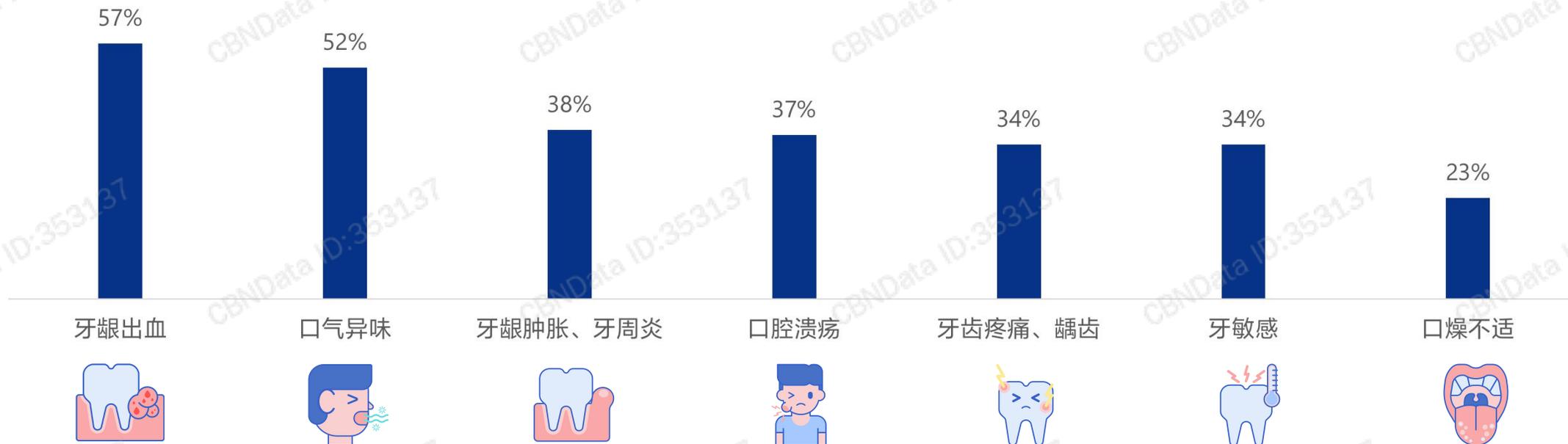
口腔黏膜对**痛觉**、**触觉**和**温度**均具有敏锐的感觉功能，同时还具有**味觉**功能

资料来源：云南白药口腔健康医学研究中心

牙龈出血、口气异味为最常见口腔微损伤病症

口腔微损伤问题分布情况来看，牙龈出血和口气异味是位列前二位的症状，覆盖率均超过50%；除此之外，牙龈肿胀、口腔溃疡、牙疼、牙敏感等症也是人们较为多发的口腔微损伤问题。

国民口腔问题分布情况



数据来源：CBNDATA《饮食习惯与口腔健康白皮书》
数据说明：您平时有以下口腔问题困扰吗？N=2139

饮食习惯及生活习惯是导致口腔微损伤的主要原因

俗话说“病从口入”，口腔病症的形成同样很大程度是因为不够健康的饮食习惯所导致，麻辣、热烫、高盐、甜食、硬冷及烟酒是口腔微损伤问题的六大“罪魁祸首”；除了饮食习惯，当代人常见的牙齿正畸及加班熬夜的生活习惯也是口腔微损伤病症的一大诱因。

饮食习惯

麻辣

热烫

高盐

甜食

硬冷

烟酒

生活习惯

牙齿正畸

加班熬夜

资料来源：云南白药口腔健康医学研究中心

麻辣 | 口腔溃疡、口燥不适、牙龈出血等口腔微损伤问题是麻辣饮食爱好者常见症状

麻和辣是川菜、湘菜、麻辣香锅等菜肴的精髓所在，麻辣会给口腔黏膜带来刺激，我们平日里所说的吃辣容易“上火”，也就是因为辣椒素中的碱成分刺激牙龈及牙周环境，从而导致口腔溃疡、口燥不适、牙龈出血等症状；不同人群中，女性及90后年轻一代“嗜辣”属性更为突出。

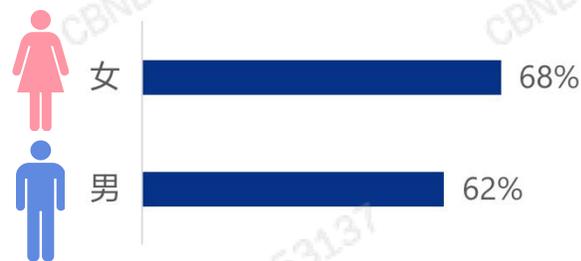
麻辣饮食对于口腔健康的影响

- 麻带来的震颤，更容易感染病菌，产生口腔异味、口燥不适等症状
- 辣椒素碱可直接刺激口腔黏膜，

麻辣饮食习惯者易患的口腔微损伤问题



不同性别麻辣饮食习惯者比例



不同代际麻辣饮食习惯者比例

预览已结束，完整报告链接和二维码如下：

https://www.yunbaogao.cn/report/index/report?reportId=1_30036

