

宝宝为什么流口水？

流口水医学上称为流涎，是指口中唾液不自觉从口中溢出。在 2 岁前，宝宝流口水是一种常见的生理现象。由于宝宝特殊的生理结构和生长发育导致，但这不代表宝宝年龄小流口水就没有一点问题，很多疾病都会导致孩子流口水，宝宝口水流得过多也会对身体不利。

唾液的来源及生理作用

首先我们了解一下小儿口腔生理特点及唾液（口水）来源，足月新生儿出生时口腔已具有较好的吸吮吞咽功能，口颊部有坚厚的脂肪垫，有助于吸吮活动。新生儿及 3 个月内婴儿口腔粘膜薄嫩，血管丰富，唾液腺发育不够完善，唾液分泌少，口腔粘膜干燥，故不会发生流口水。3~4 个月时宝宝的唾液腺分泌开始增加，唾液腺发育和功能逐步完善，口水的分泌量逐渐增多，5~6 个月时明显增多。人的口腔内有三对主要的唾液腺：腮腺、颌下腺和舌下腺，另外，口腔粘膜中还有许多小唾液腺有唇腺、颊腺、腭腺等，位于口腔粘膜层或肌层内，它们的导管开口于口腔，血管、淋巴管、和神经也同时进入腺内。这些大、小唾液腺分泌的混合液就是唾液，唾液是无色无味的低渗液体，每天成人唾液的分泌量约 0.8~1.5L，唾液分泌的调节属于神经反射性调节，包括条件反射和非条件反射，由交感神经和副交感神经支配。唾液中的水分占 99%，唾液中的有机物主要为粘蛋白，还有免疫球蛋白，唾液淀粉酶、溶菌酶等，无机物有钾、钠、氯离子等，水和粘液起润滑口腔的作用，唾液淀粉酶可使食物中的淀粉酶分解为麦芽

糖。溶菌酶，具有杀菌作用。

宝宝分泌出的口水有很大的益处，帮助消化，品尝食物的味道；保持口腔湿润，作为吞咽和口面部活动中的润滑剂，利于说话和吞咽。通过清洁口腔减少口腔中呼吸气味，帮助抗菌，预防龋齿。

宝宝流口水有哪些原因？

1、生理性流涎：生理性流口水有以下原因：①食物刺激，小儿生后 4~6 月，婴儿以母乳为主要食物，这一时期的小儿口中没有牙齿，舌短而宽，两颊有较厚的脂肪层，面部肌肉发育良好，颌骨的粘膜增厚凸起，这些结构特点都对吃奶捉住乳头和协调吸吮动作十分有利，此时的唾液腺作用不大。4~6 月后，单纯母乳喂养已经不能满足宝宝生长发育的需要，开始添加辅食，食物对神经、唾液的刺激较强，使唾液腺分泌功能增强，唾液明显增多。②乳牙萌出，出牙时会对牙龈感觉产生机械性刺激和神经刺激，使唾液腺分泌更加多，而此时宝宝口腔较浅，吞咽反射不灵敏，不能及时将过多的唾液腺吞下，导致唾液在口腔内不断的积蓄而外流。随着乳牙的萌出，唾液的分泌量会逐渐较为正常，同时牙槽突也逐渐形成，腭部慢慢增高，口腔底部逐渐加深，能够容纳更多的唾液，加之吞咽动作逐渐训练成熟，能够将唾液及时咽下，口水自然停止。

明白了吗？宝宝 1 岁以内口腔容积小，唾液腺开始分泌量大，加上出牙时会刺激牙龈神经，使唾液分泌增加，但宝宝口腔神经

功能发育不成熟，一下子又不会吞咽过多的唾液，从而造成不自主地流口水，随着生长发育，大约一周岁以上宝宝流口水的现象就会逐渐消失。

2、病理性流涎：①辅食添加不及时，有些妈妈错误的认为母乳喂养的时间越长越好，将母乳喂养延长至一岁以上，未适时添加辅食，咀嚼能力缺少刺激，这种做法不利于小儿口腔发育。②腮腺机械性损伤，有些宝宝的父母和亲友出于喜爱，经常捏压孩子的面颊部，这种做法容易造成腮腺的机械性损伤，导致唾液分泌量太大超过正常的小儿，从而出现流涎。③口腔炎症，感染性口炎，手足口病，疱疹病毒引起的溃疡性口炎等。均可刺激唾液腺分泌旺盛而导致流涎，常伴发热、口痛、烦躁不安，拒食等症状。④神经系统、先天疾病，唾液腺由交感神经和舌咽神经支配，主管它的神经中枢在丘脑，因此丘脑的各种损伤和病变都可导致流涎，如脑炎后遗症，先天性疾病（如 21-三体综合征，先天性甲状腺功能减退等），常有流涎现象，同时伴智能低下，反应迟钝，目光呆滞，面容特殊，舌头伸出口外等症状。

宝宝被引起关注的有哪些状况？

在宝宝的成长过程中，口水起着重要作用，可促进吞咽、刺激味蕾，保持口腔潮湿，维持口腔和牙齿的清洁，促进嘴唇和舌头运动等，但是口水偏酸性，含有一些消化酶。宝宝皮肤比较嫩，当口水流到嘴角、下颌、脖子时，很容易让皮肤的角质层被腐蚀或导致霉菌感染，产生湿疹、发炎等症状，所以要积极做好颌部

皮肤护理，避免宝宝流口水对于皮肤造成的影响。大多数婴儿一到二岁以后，在进行大部分的活动时，应不会有流口水，或改变体位可减少口水溢出。如果宝宝 2 岁以后仍流口水，建议家长到正规医院儿科让医生检查评估，到底是什么原因导致流涎的？找到正确的病因后再对婴幼儿的流口水问题加以治疗或训练。

网传一些通过某些食物来防治口水的办法是否有科学道理？

生理性流涎无需过多干预，建议适龄添加固体食物利于咀嚼运动促进口腔发育。

台州市立医院儿科 陈美芸

（以下照片个人创作，特此说明）。

