

# 矫正牙齿 不必等到12岁

专家称,小患者矫正牙齿要把握好最佳时期

正畸治疗只能治疗牙齿不齐吗?只有等到12岁才能矫正牙齿吗?正畸治疗一定要拔牙吗?7月21日上午9:30~10:30,本报健康热线0551-62623752,邀请合肥市口腔医院正畸一科副主任医师葛宇与读者交流。

■ 张婷婷 徐莉 记者 李皖婷/文 倪路/图

**葛宇** 副主任医师,美国 Invisalign 认证医师,安徽省首位无托槽隐形矫治医师。擅长各类成人及儿童错颌畸形疑难病例的诊断和治疗、隐形矫治及骨性错颌畸形的正颌正畸联合治疗,如牙齿严重不齐,龅牙,地包天等。



## 正畸治疗可改善“颜值”

**读者:** 正畸治疗只能治疗牙齿不齐吗?

**葛宇:** 正畸治疗不仅可将错位不齐的牙齿排整齐,还包括改善牙齿的咬合关系和功能,改善面部形态、软组织侧貌的美观。所以除了牙齿不齐之外,生活中常见的地包天、下颌后缩等都需要及时治疗,地包天最好在孩子3.5岁时进行治疗,下颌后缩8岁左右就应诊治,及时纠正骨骼发育异常。

## 矫正牙齿不必等到12岁

**读者:** 只有等到12岁才能矫正吗?

**葛宇:** “只有等到12岁才能矫正”这个错误观念,让很多小患者错过了矫正的最佳时期。错颌畸形早期矫治时机的把握非常重要,一般乳牙列的矫治,最好在4岁左右(约3.5~5.5岁)。混合牙列的矫治,如前牙反颌,一般应在恒切牙的牙根基本发育完成时进行,约在8~9岁。颌骨畸形的早期矫形治疗应在生长高峰期前及生长高峰期进行,一般在10~12岁前进行。恒牙列的矫治一般在12岁左右进行。

## 60%的正畸治疗需要拔牙

**读者:** 正畸治疗一定要拔牙吗?

**葛宇:** 拔牙矫正在口腔正畸的治疗中是很常见的,大约60%的患者需拔牙矫正。即使不矫正牙齿,由于多数人智齿生长的位置不好,会影响牙周及前牙健康,也要拔除智齿。有些病例如牙齿严重拥挤、前突,是一定要通过拔牙矫正的,若不拔牙直接矫治,一些费尽周折排齐的牙齿

很快就会回到原来畸形的样子。拔牙后有了空隙,医生会利用这个空隙移动牙齿达到矫治目的,矫治完成后,空隙大多会完全关闭。

## 配戴矫治器 不会影响正常生活

**读者:** 配戴矫治器会影响正常生活吗?

**葛宇:** 刚刚配戴矫治器时,可能会不太适应,敏感的患者可以选择正畸专用的黏膜保护蜡,保持口腔舒适,过几天就会好的。在进食时,动作要轻,尽量避免食用粗硬的食物,以免造成托槽脱落。也不要用手指触摸牙面上的矫治装置。做到这些后,你可以放心从事各种户外运动等日常活动。

## 矫正牙齿可选择隐形牙套

**读者:** 矫正只能戴牙套?有隐形的吗?

**葛宇:** 隐形矫正不需要托槽和钢丝,采用的是一系列由安全的弹性透明高分子材料制成的隐形矫治器,不仅完全透明隐形,而且光滑的表面,让患者免除传统金属牙套所引起的口腔磨损和不适。隐形牙套还可以随时自行摘戴,当患者进食和刷牙时,只须自行取下隐形牙套,方便清洁牙齿。

隐形矫治器约3~4个月复诊一次甚至半年左右复诊都可以,住校学生、出国留学,及对美观有较高要求的患者可以考虑无托槽隐形矫治或舌侧矫治。当然,医生会根据每位患者的情况给出相应的建议。

□ 健康资讯

## 喂,同学! 你想要的近视眼手术攻略来啦

暑假一直是手术治疗近视的高峰期。近年来,随着人们对近视手术了解的增多,越来越多的高考生、艺术生、公务员、参军入伍者选择通过手术来摆脱眼镜。可近视手术又分为很多种,如何选择手术方式?哪些情况不能做近视手术?记者采访了安医大二附院眼科主任医师陶黎明。 ■ 郑慧 记者 李皖婷

### 两大类近视手术,怎么选要看需要

近视手术大致可以分为两类,即激光类近视手术和眼内晶体植入手术。据陶黎明介绍,激光类近视手术包括准分子、半飞秒、全飞秒等,原理是通过切削角膜组织矫正近视;而ICL晶体植入术不改变角膜形态,是通过植入人工晶体矫正近视,可以理解为在眼内植入一种特殊的隐形眼镜。

一般情况下,近视度数越高,能够选择的近视手术方式越少。600度以下近视患者在眼部条件达到要求的情况下,准分子、半飞秒、全飞秒等激光类近视手术都可以选择。

600~1000度的高度近视患者,选择范围则会小一些,通常只能选择半飞秒或者全飞秒;但部分眼部条件不合适做激光类手术的,则只能选择ICL晶体植入术。而1000度以上的超高度近视患者,一般建议选择ICL晶体植入术。

### 七种情况不宜做近视手术

“当然,近视度数高低并不是衡量选择近视手术方式的唯一指标。”陶黎明表示,手术前必须进行严格的术前检查,综合近视度数、角膜厚度、眼表、眼底等情况,进行评估。由医生根据数据来出具个性化的手术方案,选择手术方式。

陶黎明提醒,有七种情况不宜做近视手术,分别是年龄小于18周岁;近2年屈光度数不稳定,每年发展大于100度;角膜太薄;眼部患有急性角膜炎、角膜溃疡等稍有动性炎性病变者;患圆锥角膜、青光眼及严重眼底等眼科疾病者;疤痕体质、糖尿病、胶原病等全身疾病患者;有精神疾病且正在服药者等。

## 孕妇过三伏,腹中揣火炉? 妇产科专家给孕妈过“头伏”支招啦

俗话说,“孕妇过三伏,腹中揣火炉”。伏天是一年中最热的时候,准妈妈们在三伏天会比普通人更怕热。这是因为孕妇的基础代谢率比一般人高25%,体温也比一般女性高0.2~0.5℃,而且她们的耐高温能力又较差。孕妇该如何过三伏天呢?今天就让安医大一附院产房护士长张凤英来为广大孕妇们详细解答。 ■ 江默 记者 李皖婷

### 关键词:防病保健

**NO.1 感冒** 若孕妇感冒,应尽快控制,防止感染,切忌自己乱用药。轻度感冒的孕妇可多喝水,注意休息,若重度感冒需及时去医院进行治疗。

**NO.2 阴道炎** 夏天孕妈患霉菌性阴道炎属高发常见。可以到产科的高危门诊就诊、咨询,必要时用药治疗。孕妇应穿棉质、宽松的内衣,勤更换。尽量不要选用卫生护垫,多选择裙装,保持通透性。

**NO.3 心慌憋气** 夏季湿度大、气压低,孕妇易出现心慌憋气等症状。孕晚期更为明显。如频繁出现,或孕前有某些心脏疾患,应及时到医院就诊,排除心脏疾患或及时诊治。保持室内空气流通,多到空气含氧多的地方散步。注意观察胎动和胎心的情况,做好自我监测。

### 关键词:健康饮食

准妈妈要注意饮食卫生,否则会引起消化道感染,严重的会导致子宫收缩,甚至引发早产。

合理安排饮食,最好选择新鲜多样的食品,避免高糖食品,少食多餐,多食果蔬、富含纤维素食品。多喝汤,夏季补充营养要适当。水果补充最好在两餐之间,不宜过量,尽量选择含糖量低的水果,或以蔬菜代替,如番茄、黄瓜等。不要无限量吃西瓜等高糖分水果。

### 关键词:科学运动

夏季孕妇尽量不要在烈日下出行,避免中暑。选择早晚时间段散步,步行时要适度,不能走得太远、太累。

为了适应分娩时的需要,孕妇在整个孕期内可做适当孕妇操和盆底肌锻炼,但应避免关节过度屈曲或伸张,避免跳跃、旋转或迅速改变方向的活动,以免对胎儿产生不利影响。

## □ 下期预告

### 孩子个头矮,要不要再等等看?

孩子不爱吃饭怎么办?孩子个子矮是因为晚长吗?下周五(7月28日)上午9:30至10:30,市场星报健康热线0551-62623752,将邀请安徽省第二人民医院儿科主任王继锋与读者交流。

王继锋,副主任医师,从事儿科临床工作三十年,尤其关注矮身材、性早熟、抽搐癫痫等小儿神经内分泌疾病等引起的发育行为障碍的监测、诊断及治疗。 ■ 夏鹏程 记者 李皖婷