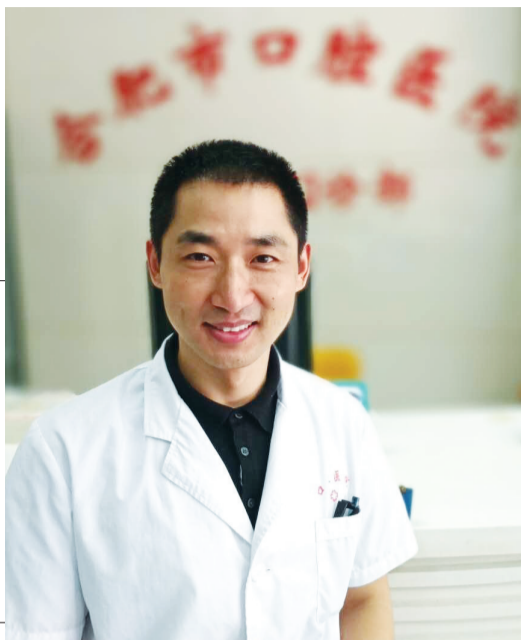


口腔健康莫忽视,定期检查很重要

蛀牙不补有什么危害?如何治疗?为什么口腔经常有异味?为什么刷牙时会出血?活动假牙与固定假牙哪个更好?牙颌畸形有什么危害?2月6日上午9:30~10:30,本报健康热线0551-62623752,邀请了合肥市口腔医院胜利路门诊部主任钱毅为大家答疑解惑。■徐莉 记者 马冰璐 文/图

钱毅 主治医师,合肥市口腔医院胜利路门诊部主任,口腔医学硕士,擅长牙周炎及牙周炎伴发病变(牙周-牙髓的联合病变、根分叉病变、牙冠延长术等)的诊断和治疗。熟练掌握各类牙列不齐等错颌畸形的矫治,儿童发育期和预防性功能矫治、舌侧矫治、MBT矫治、无托槽隐形矫治和牙体牙髓疾病的诊断治疗。



蛀牙影响全身健康

读者:蛀牙不补有什么危害?如何治疗?

钱毅:很多人认为蛀牙没什么大不了的,也不及时去治疗,但实际上蛀牙会给人们的口腔健康甚至全身健康造成很大危害。蛀牙影响咀嚼功能,同时由于患牙一侧不利于咀嚼,另一侧牙齿过度咀嚼,可造成脸型左右不对称;儿童乳牙蛀坏可直接影响对应的恒牙牙胚的生长,造成换牙后萌出的恒牙患龋病;蛀牙还可能引起全身感染性疾病。因此,蛀牙后应尽快进行补牙。

龋病的防治以预防为主,而预防龋齿的关键内容是保持口腔卫生。1.养成饭后刷牙的良好习惯,定期使用牙线。2.可以使用含氟牙膏,它对龋齿的防治效果好,但六岁以下儿童不推荐使用。3.养成良好的饮食习惯:少吃零食和甜食,睡前不吃东西。4.定期进行口腔检查:每半年或一年到正规医院看一次牙医,做到有病早治、无病早防。

牙龈出血的最常见诱因是牙龈炎

读者:为什么刷牙时牙龈总出血?

钱毅:牙龈出血是口腔科常见症状之一,牙龈出血的常见诱因是牙龈炎,此外刷牙方式不当也会造成牙龈出血。牙龈炎多是由于口腔清洁不彻底,使食物残渣、牙垢、牙石堆积在牙体周围,滋生有害细菌,诱发口腔炎症,发炎的牙龈呈深红色、水肿,触之易出血。预防牙龈出血的好办法是早晚有效地刷牙,饭后漱口,保持口腔卫生;经常检查口腔,每半年至一年清除牙结石一次;选用保健牙刷,并采用竖刷牙法。

清除口腔异味要找准病因

读者:为什么口腔经常有异味?

钱毅:当口腔卫生不佳,牙周病或唾液不足,细菌堆积,口臭便会发生,如人在睡觉时,唾液分泌自然减少,口腔发干,给细菌繁殖机会,呼气难闻。饮酒、抽烟、饥饿、长时间讲话、鼻腔阻塞、锻炼时用嘴呼吸都会使口腔发干,产生口臭。此外,口腔经常有异味,可能是与某些全身性疾病有关,如口腔有烂苹果味,常见于糖尿病患者或过度减肥的人群;有臭鸡蛋味,多见有胃

肠病的患者;有臭肉味,多见牙龈炎化脓或化脓性扁桃体炎。所以,定期检查是否有口腔病或其它疾病并进行治疗,维持良好的口腔卫生,定期洁牙,可有效减少口臭。

活动假牙与固定假牙各有优点

读者:活动假牙与固定假牙哪个更好?

钱毅:活动假牙也称可摘义齿,即患者可自由摘戴。这种假牙在制作时对真牙的切磨较少,制作方便,费用低,但体积较大,戴用有异物感,有的会影响发音,且稳固性较差,对咀嚼功能的恢复有限。固定假牙就是固定义齿,镶牙后粘固在患者口腔中,不需摘戴,具有体积小、稳固、坚实、戴用舒适、对发音无影响、有效恢复咀嚼功能等优点,但镶牙前对天然牙的切磨较多,费用比活动假牙高。

镶固定假牙要考虑患者的缺牙情况,及缺牙隙两侧真牙的情况。一般前牙缺失1~4颗,缺牙隙两侧的真牙有足够的高度,牙根稳固、牙体组织健康,牙齿位置正常、没有倾斜和扭转,就可以安装固定假牙。而牙周组织萎缩、牙齿松动、倾斜错位的成人最好不要选择固定义齿修复。至于活动义齿,绝大多数患者均可安装。

牙颌畸形的危害

读者:牙颌畸形有什么危害?

钱毅:牙颌畸形也叫错颌畸形,表现为牙齿的排列异常,如扭转、倾斜、里出外进或拥挤错乱等,也有虽然牙齿排列整齐,但上下牙的咬合关系异常,出现上牙前突(俗称龅牙)或下牙弓前突(俗称地包天)等。牙颌畸形会破坏一个人的容貌,严重的牙颌畸形还会使一些患者产生悲观情绪,进而出现心理和精神障碍,同时也会对咀嚼、发音、吞咽、口腔卫生的维护产生不良影响,增加龋齿和牙周病发生的可能性。

一般而言,骨骼畸形应尽早矫治,特别是功能性的错颌畸形,应该在生长发育高峰期前进行矫治,而牙齿排列不齐则在12~17岁治疗为佳,18岁以上的成年人只要牙周情况良好,也可以进行牙列不齐的矫治。

发现血尿症状应及时就诊

星报讯(苏洁 记者 马冰璐)近日,李先生在医院体检时查出血尿,经过进一步就诊,发现李先生同时患有膀胱结石和输尿管结石,导致前列腺增生,而引发血尿的症状。

据合肥市滨湖医院泌尿外科姜瑞医生介绍,血尿并不是一个疾病的名称,而是泌尿外科疾病中常见的一种症状。它可以由泌尿生殖系统及相邻器官疾病引起,也可以是某些内科疾病或全身性疾病的重要临床表现之一。血尿分为内科性血尿(即肾小球性血尿)

和外科性血尿,一般通过显微镜红细胞形态分析可以鉴别。外科性血尿原因包括肿瘤、结石、炎症和血管畸形等。年轻患者血尿多为结石、感染、畸形和外伤;老年患者血尿多为肿瘤或前列腺疾病。无痛性肉眼血尿需要高度警惕恶性肿瘤的可能,常常一些患者因为只出现一次血尿,症状消失,没有就诊,最后延误诊治,错过最好的治疗时机非常可惜。所以一旦发现血尿,应尽快去正规医院泌尿专科做进一步检查。

学会这四招 远离“春运病”

星报讯(陈旭 记者 马冰璐)春节临近,不少人踏上了返乡路。旅程中不免舟车劳顿,免疫力下降。想要平安回家,健康保健少不了,不妨学学这四招,远离“春运病”。

常见的“春运病”

感冒:由于春运期间客流量大、人流密集,容易造成空气浑浊,使人上呼吸道的防御能力削弱,引起感冒。

肠胃病:车上饮食不规律,加上久坐不动,会很容易引起肠胃疾病,如肠胃炎、胃胀气、胃痛等。

晕车:在春运途中,车厢一路颠簸,加上空气流通性差,容易导致晕车的发生。晕车会使得人在旅途中十分难受,特别容易引发呕吐。

血栓:由于一般交通工具能让乘客活动的范围都较小,通常乘客们都会保持同一个姿势很久,这样下肢静脉血流速度就会减弱,极容易引起血栓的发生。

四招远离“春运病”

坐硬座别“硬”坐着 火车行驶过程中处于震动状态,长时间一个姿势会导致腰部受到损伤,如果再坐着睡觉,所有负重都强加在腰上,很容易产生不适。因此乘车过程中最好每隔四五十分钟简单活动一下身体,不要一直坐着。

注意饮食,少吃油腻 外出时,旅客不要吃得太过饱、暴饮暴食,少吃油腻食物。由于运动量小,食物的消化过程延长,要学会节制饮食,否则必然会导致胃肠的负担加重,引起肠胃不适。旅途中,可携带一些治疗腹泻、肠胃炎的药物。

听音乐代替玩手机 对于经常晕车的人来说,坐车前一天最好吃些清淡的食物,上车半个小时前服用晕车药或者用生姜片贴在肚脐上。大家在坐车时,最好用听音乐代替玩手机,努力转移注意力降低晕车的概率。

车上别喝酒 一些旅客喜欢在列车上饮酒,但由于旅途颠簸,体质下降,在火车上喝酒,酒精刺激胃黏膜更容易造成胃部不适。同时,车厢内人多拥挤,休息不好可致身体代谢紊乱。

十个宝宝八个有黄疸 专家支招如何应对黄疸

星报讯(陈旭 记者 马冰璐)27岁的小美刚刚升级做了妈妈,一家人沉浸在幸福之中。可孩子出生几天后,小美却发现宝宝的小脸有点黄黄的,这可让这位新手妈妈吓得不轻,赶紧带宝宝去了医院。安医大一附院新生儿科主任王杨告诉小美,宝宝这是出现了“黄疸”,是新生儿比较常见的一种现象。

王杨主任介绍,新生儿黄疸,是因胆红素在体内积聚而引起的皮肤或其他器官黄染,一般来说,新生儿血液中的胆红素超过5~7mg/dl,就可以出现肉眼可见的黄疸了。

新生儿黄疸分为生理性和病理性两种情况:生理性黄疸是生长发育过程中出现的一种生理现象,有近一半的足月儿和多达80%的早产儿都会出现生理性黄疸。生理性黄疸在出生后2~3天出现,4~6天达到高峰,大多数可以在1~2周后自行消退,不需要任何治疗。

如果宝宝的胆红素水平比正常新生儿上升过高或者过快,这时称为高胆红素血症(病理性黄疸)。部分血中胆红素水平较高的宝宝,胆红素还可冲破血脑屏障进入大脑,发生胆红素脑病,一旦胆红素入脑后,造成“核黄疸”,会留下不同程度的神经系统后遗症,再严重一些的甚至还可威胁到宝宝的生命。

王杨介绍,如果宝宝的胆红素水平达到了需要治疗的数值,就要开始光照疗法(光疗)。光疗是利用蓝色或绿色光波改变胆红素分子的构型,增加胆红素的水溶性,使其能够直接经宝宝的尿或大便清除,不需要经过肝脏处理。光疗期间通常需要给宝宝戴上眼罩,保护他们不受强光的影响。大多数需要治疗的高胆红素血症新生儿都能通过光疗治愈。