

【关注牙健康】



俗话说“牙好，胃口好！”“牙痛不是病，疼起来要人命。”自1989年开始，由卫生部、教委等部委联合签署，确定每年的9月20日为(中国)全国爱牙日，旨在通过爱牙日活动，广泛动员社会的力量，在群众中进行牙病防治知识的普及教育，增强口腔健康观念和自我口腔保健的意识，建立口腔保健行为，从而提高全民族的口腔健康水平。今年爱牙日的主题为“定期口腔检查，远离口腔疾病”。

健康生活 从爱牙开始

菏泽市立医院口腔科走上街头，开展爱牙日活动

本报记者 李德领 通讯员 张亚东 魏然



周东生，菏泽市立医院口腔科主任，副主任医师，菏泽医专兼职副教授，任菏泽市口腔医学会主任委员，菏泽市政协委员，2015年被评为山东省优秀农民工。

擅长三叉神经痛、唇腭裂、面部复杂骨折、面颈部肿瘤，牙体牙髓牙周病等疾病的治疗。从事口腔医疗教学20年，经验丰富。曾多次被评为先进工作者、优秀带教老师，2010年荣获由中华慈善总会和美国微笑列车基金会联合颁发的微笑列车在华十年《突出贡献天使奖》。

出版了《五官科急诊学》、《阻生齿拔除技巧》等多部著作，先后在国家及省级杂志发表论文6篇。科研成果《二瓣后退与粘骨膜瓣Z成形术修复完全性腭裂》获科技进步二等奖；《口内入路口外微创技术在下颌角骨折中的应用》获科技进步三等奖。

周东生于1993年毕业于山东医科大学，1998-2001就读于山东大学研究生院，师从口腔颌面外科著名专家、山东大学齐鲁医院院长魏奉才教授。毕业后回到市立医院，先后开展了髂骨肋骨移植、皮瓣皮片移植修复颌面部缺损，ABBE瓣移植修复唇缺损，面神经移植，头皮冠状切口治疗LEFFORT三型骨折合并颧骨骨折，口腔颌面部良恶性肿瘤的治疗等新技术，所开展的术式在省处于领先水平。

科室简介：

菏泽市立医院口腔科成立于1946年，是集口腔颌面外科、口腔内科、口腔修复、口腔正畸为一体的综合性科室，现有开放性床位31张。

本科室有医护人员37人，其中主任医师(教授)2人，副主任医师(副教授)3人，主治医师4人，护理人员13人，现有研究生10人。

科室拥有先进的医疗技术及设备，目前我科拥有口腔综合治疗椅30台，全自动高压蒸汽灭菌器一台，韩国奥齿泰种植牙系统一套，超声洁牙机10台，牙片X线机一台，曼迪森激光治疗仪一台，曲面断层X线机一台。

“这样的活动对我真是受益匪浅”

20日，菏泽市立医院口腔科在东方红大街进行口腔健康义诊活动，并围绕“定期口腔检查，远离口腔疾病”这一主题，悬挂条幅、发放宣传册等方式，向过往市民讲解口腔保健知识。

刚接受完免费检查的李先生说，医生说他有轻微的牙周炎。但当记者问他以前检查过没有时，李先生说，“自己只是有时候会出现牙龈出血，感觉不是什么大病，也没有啥太大的影响，所以从来没检查过，一直也是只想着等疼的时候再说吧。这次医生给他讲了一些牙病的危害，让他对口腔

健康有了更深的认识。”

“这次的活动对我来说真是受益匪浅，以前认为刷牙很简单，经过专家一讲，原来刷牙也是门学问。今后一定要按照专家的方法，把牙齿保护好，让自己以后的生活质量更高。”前来参加爱牙日活动王女士感激地说。

“口腔疾病重在预防，无论是成人还是儿童，都要养成良好的口腔护理习惯，要定期去医院做检查，而不是等到出现牙痛或牙病时才去就诊。”菏泽市立医院口腔科主任周东生说，口腔疾病会对身体的健康产生影响，一些常

见的口腔疾病，早期无明显症状，一般不易自我察觉，因此更要做好定期检查。

周东生提醒市民，保护牙齿除了注意口腔卫生以外，及早戒烟、限酒对维护口腔尤其是牙周健康也起到有效的保护作用，要养成早晚两次刷牙、睡前刷牙后不再进食、饭后漱口等良好习惯。同时，要少吃甜食，少喝碳酸饮料，多吃纤维性的食物，增强咀嚼能力，提倡居民及时做好口腔健康检查，做到早预防、早诊断、早治疗，让龋齿远离健康生活。

“出现口腔问题，及早就医是关键”

“一颗牙就是一个器官，牙齿健康不仅关系到全身健康的诸多方面，同时也是现代人健康与文明的标志。牙齿一旦出现问题，将会对市民的正常生活造成极大的影响，我们必须把这些最基本的口腔健康之道告诉市民，这也是我们举办此次义诊活动的初衷。”周东生说。

据周东生介绍，龋病和牙周病等口腔疾病常是缓慢发生的，早期多无明显症状，一般不易察觉，等到出现疼痛等不适症状时可能已经到了疾病的中晚期，治疗起来更

为复杂，患者也会遭受更大的痛苦，花费更多的费用，治疗效果还不一定十分满意。因此，定期进行口腔健康检查，每年至少一次，不但能及时发现、治疗口腔疾病，还有助于医生根据情况采取措施预防和控制口腔疾病的发展，如果出现口腔不适，及早就医是关键。

“牙菌斑、食物残渣、软垢在牙面上附着沉积，与唾液中的矿物质结合，逐渐钙化形成牙石。牙石表面粗糙，对牙龈造成不良刺激，又有利于新的牙菌斑粘附，是引起牙周疾病的一种促进因素。自我口腔

保健方法只能清除牙菌斑，不能去除牙石。”周东生说，龋病和牙周病等口腔疾病常是缓慢发生的，早期多无明显症状，一般不易察觉，等到出现疼痛等不适症状时可能已经到了疾病的中晚期，治疗起来更为复杂，患者也会遭受更大的痛苦，花费更多的费用，治疗效果还不一定十分满意。因此，定期进行口腔健康检查，每年至少一次，不但能及时发现、治疗口腔疾病，还有助于医生根据情况采取措施预防和控制口腔疾病的发展，如果出现口腔不适，及早就医是关键。

菏泽市立医院口腔科诊治范围(常见病)

1. 牙槽外科：拔牙术
2. 颌面部感染：冠周炎、面部淋巴结炎、颌骨骨髓炎、颌面部间隙感染、脓肿
3. 颌面部损伤：软组织损伤、涎腺及颜面神经损伤、上下颌骨、颧骨、颧弓骨折及复杂多发性骨折
4. 颞下颌关节疾病：颞下颌关节功能紊乱症、颞下颌关节脱位
5. 涎腺疾病：腮腺、颌下腺、舌下腺及小涎腺炎症、肿瘤、结石、面神经解剖及面神经移植

6. 颌面部发育畸形：先天性唇腭裂I、II期修复、面横裂
7. 口腔颌面部的良恶性肿瘤：位于唇、颊、舌、口底、牙龈、颌骨及面颈部的良恶性肿瘤
8. 面部神经疾病：三叉神经痛、面瘫、面肌痉挛
9. 各种牙体牙髓病：龋病、非龋性疾病(牙隐裂、楔状缺损、牙外伤、残根、残冠保存修复)、牙髓病、根尖周病、牙齿美容(氟牙症、四环素牙、畸形牙、过小牙美容修复等)和牙体制过敏

10. 口腔粘膜病：多发性口腔溃疡、疱疹性口炎、白斑、扁平苔藓、天疱疮等
11. 牙周疾病：牙龈炎、牙龈增生、各种牙周炎、牙周脓肿、牙周牙髓联合病变
12. 修复治疗：全口义齿、活动义齿、可摘局部义齿、固定义齿(烤瓷牙)、嵌体、贴面冠、桩核冠
13. 正畸治疗：牙扭转、牙列稀疏、上颌前突(龅牙)、反颌(地包天)等错颌畸形

