



持本报看感冒，前10名可免费领药

专家：不同体质不同症型，治疗方法因人而异

本报济南1月15日讯(记者 陈晓丽) 近期流感爆发,各大医院儿科人满为患,排队就诊动辄要三个多小时;不少孩子因为感冒请假,有些班级甚至三分之一的孩子都已中招。近日山东省中医药研究院附属医院开通了感冒门诊,并推出了一系列特色预防与治疗方法。持本版齐鲁晚报到该院就诊感冒的前10名读者,可免挂号费、免费对症领取院内制剂一瓶(盒)。

山东省流感监测网络显示,截至11日,2017-2018监测年度全省共报告流感样病例

441217例,较上一监测年度同期上升17.66%;其中0-14岁年龄组占到总病例数的88.09%。

根据专家研判,山东省的流感目前已经基本达到最高峰,但是由于气候继续变冷,流感活动水平还将持续一段时间,预计1月下旬流感活动强度会出现减弱。为了给市民提供更好的服务,近日山东省中医药研究院附属医院开通了感冒门诊,并推出了一系列特色预防与治疗方法。

据该院内三科副主任医师王伟介绍,感冒可分为普通感冒和流行性感冒,其中前者更

为多见。根据病因,中医又将感冒细分为风寒感冒和风热感冒。其中,风寒感冒通常自觉怕冷更重一些,开暖气、加衣被也不能缓解,也不出汗;而风热感冒自觉发热更明显一些,常有头痛面红、咽痛口干等症状。

中医认为,无论是感冒还是其他疾病,治病必须扶正祛邪、标本兼治,通过增强机体抵抗力,达到恢复健康的目的。因此,针对不同人群不同体质,山东省中医药研究院附属医院采用辛温解表、清热解毒、宣肺止咳等方法,制定了治疗感冒的系列协定处方。同时还可根据

需要,采用推拿、灸疗等中医绿色疗法,作用于人体经络、穴位,以达到疏风解表、疏通经络、调节脏腑的功效。

此外,针对不同证型的感冒,山东省中医药研究院附属医院四种院内制剂:荆桔散寒合剂、芩石解毒颗粒、葛黄清湿合剂和金蒲蓝合剂。持本版齐鲁晚报到该院就诊感冒的前10名读者,可免挂号费、免费对症领取院内制剂一瓶(盒),价值60元左右,感冒门诊电话:0531-66563990。

王伟提醒道,感冒需要一个痊愈过程,再贵再好的

药物都不可能药到病除。不管是什么原因导致孩子感冒,家长可根据其病情表现进行初步判断。但是如果精神状态不好,嗜睡、烦躁交替,甚至出现神经系统症状,如抽搐等,则应尽快就医。

日常生活中要养成健康的生活习惯,均衡膳食,保证睡眠,多饮水,适度运动;要根据气温变化为孩子增减衣物;尽量避免接触出现流感样症状的患者,可佩戴口罩,以降低感染风险;空气良好时每天通风,保持空气清新;避免带孩子去人员密集、空气污浊的场所。

智齿每个人都不会陌生,很多人都经历过智齿带来的痛苦。“我的智齿要不要拔”是口腔医生最经常回答的问题。专家表示,由于生长空间不足,绝大多数智齿都存在阻生或者位置异常,并且带来一系列口腔健康问题,因此除非智齿长得非常好,通常建议预防性拔除。



智齿，究竟要不要拔

本报记者 陈晓丽

人类进化和饮食习惯改变的结果

正常成年人有32颗牙齿,上下颌各16颗,其中包含4颗智齿。智齿又称第三磨牙,从正中的门牙往里数,是第八颗牙。由于智齿多数是16岁以后才会逐渐萌出,此时人的生理和心理已经开始趋于成熟,因此才被俗称为智齿,暗含“智慧来临”之意。

每个人智齿的萌出年龄和数量各不相同,有的甚至终生不会萌出,均属于正常现象,有些智齿会埋伏于牙槽骨内,需要拍X线片才能具体确定智齿的位置和数量。“现如今大多数人的智齿都会出现不同程度的阻生或者异位”,山东省口腔医院口腔颌面外科主任王旭霞表示,这是由于随着人类的进化,下颌骨逐渐退化变得细窄,而牙齿的退化速度相对慢于下颌骨,导致牙齿生长空间不足,从而无法正常萌出。

同时,社会经济的发展带

来了人们饮食习惯的巨大改变,从粗粮向精细化饮食改变,颌骨承受的咀嚼力减小,骨量也相应减少。“古代猿人的饮食非常粗糙,下颌骨比较宽大,牙齿基本就不会出现阻生。”王旭霞表示,仅从近几十年的临床观察来看,智齿阻生的情况也越来越明显。

存在口腔健康隐患,建议预防性拔除

“当智齿萌出不全而阻生时,部分牙冠则被牙龈覆盖,牙龈与牙体之间形成一个狭窄较深的盲袋。”王旭霞解释道,在盲袋中容易积存食物碎屑和细菌,一般的刷牙和漱口难以清洗干净。如果出现咬合创伤或伴有疲劳、熬夜等全身抵抗力下降,就容易出现智齿冠周炎,人们感到智齿疼痛,多是这种问题所致。

“炎症出现的次数、严重程度和患者自身的免疫力有关,免疫力低下的人炎症会反复发生,严重者会出现颌面部间隙感染甚至发生颌骨骨髓炎。”王旭霞告诉记者,临床上这种情况比较常见,目前山

东省口腔医院病房就住着多位因智齿反复发炎导致下颌骨髓炎的患者。

值得注意的是,智齿在萌出过程中容易抵在相邻磨牙上,导致邻近牙齿位置不正,食物嵌塞,出现邻牙龋坏,甚至压迫邻牙根而致其吸收。智齿完全骨阻生有时会引起不明原因的疼痛,还有可能引起牙源性囊肿或肿瘤。“很少有人四颗智齿都发育完全,如果智齿的对颌没有咬合牙,就会出现智齿过度萌出,从而影响其他牙齿咬合情况,可能为颞下颌关节紊乱病的诱因。”王旭霞说道。

正是由于上述诸多隐患,王旭霞表示,目前医学上主张对智齿进行预防性拔除,“现在拔智齿的人越来越多,尤其是准备出国留学的学生,担心在国外时智齿出现问题就医困难,多在出国前拔除智齿。”

拔牙不会造成其他牙齿松动

王旭霞强调,如果女性准备怀孕,怀孕前必须先进行口腔常规检查,如发现智齿部分

萌出,建议在怀孕前拔除。因为孕期由于体内激素、饮食习惯的改变和环境、情绪的变化,智齿更容易发炎,而孕期用药存在诸多限制,一旦出现问题,孕妇会非常痛苦,有时折腾一两个月都无法缓解,严重的话会出现进食困难,张口受限还会引起感染等全身症状,甚至危及生命。

提到拔牙,很多人不免有些紧张,认为拔牙会导致其他牙齿松动、牙缝变宽。对此,王旭霞表示,以上多是由牙周炎症引起的,与拔牙没有关系。也有人认为拔掉智齿会让脸看起来变小、变窄,但实际上拔掉智齿并不会改变脸型。

尽管如此,这并不意味着所有的智齿都必须拔除,王旭霞表示,如果智齿已经完全萌出,并且位置很正,有上下对应的咬合牙,平时能够清理干净,又不存在龋坏等问题,可以暂时不拔;如果智齿完全埋在牙槽骨内,并且一直没有任何不适症状,也可以暂时不拔。具体是不是应该拔除,应该到口腔医院检查后,由医生做出准确的判断。

友情提示

拔牙属于创伤性手术 要到正规医疗机构

本报记者 陈晓丽

“拔牙属于创伤性手术,会引起不同程度的局部或全身反应,有一定的风险,一定要到正规医疗机构进行。”王旭霞提醒道,患有心血管的病人如有心慌、呼吸困难、严重头痛、眩晕等情况,应先到心内科就诊检查。近期发生过心肌梗塞、心绞痛,或患有心衰,心率不齐,或血压高于180/100毫米汞柱的患者,不能拔牙,应在病情稳定后在心电监护下拔牙。

急性白血病患者,因拔牙会引起出血不止和严重感染,不应拔牙。糖尿病、甲亢、肾炎、肝炎、血友病、出血性紫癜等患者必须在病情得到控制后才能拔牙。对于口腔急性炎症或恶性肿瘤患者,拔牙会造成炎症和肿瘤扩散时,应禁止拔牙。月经期会引起代偿性出血,最好避开经期拔牙。

在日常生活中要注意口腔卫生,王旭霞提醒,每天坚持早晚刷牙,每次刷3分钟以上。不要横着刷牙,也不要过大用力。可以选择刷头小、刷毛细而有弹性的保健牙刷,电动牙刷由于高速旋转产生的轻微振动,能促进牙龈的血液循环,对牙龈组织起到按摩效果,也是不错的选择。

利用超声洁治等手段清洗口腔内的牙菌斑、牙结石就是人们所说的“洗牙”,是预防牙周病的主要手段之一。刷牙和洗牙不能相互代替,因为牙齿在彻底清刷后的数小时内即可有新的菌株形成,如果我们不注意口腔卫生或刷牙方法不正确,牙齿表面会有大量菌斑积聚,特别是刷牙不到的部位,久而久之形成牙结石,可引起牙龈炎、牙周炎等一系列疾病。