

“9·20”口腔健康专家谈(一)

窝沟封闭, 保护牙齿

2010年爱牙日主题是“窝沟封闭, 保护牙齿”。

1. 什么是窝沟封闭?

窝沟封闭不损伤牙体组织, 是预防儿童窝沟龋的一种有效方法, 主要应用于乳磨牙、恒磨牙及恒前磨牙。其原理是将封闭材料涂布于牙冠咬合面、颊舌面的窝沟点隙, 液态的树脂在进入窝沟后固化变硬, 形成一层保护性的屏障, 覆盖在窝沟上, 外面的致龋细菌不能再进入, 从而达到预防窝沟龋的目的。只要窝沟封闭剂完整地保留在牙齿表面, 就能有效地保护我们的牙齿。即使窝沟封闭剂脱落, 渗

入到牙釉质的树脂也对牙齿有一定的保护作用。

2. 窝沟封闭的最佳时机

封闭的最佳时机是牙冠完全萌出, 龋齿尚未发生的时候, 一般乳磨牙在3-5岁, 第一恒磨牙在6-8岁, 第二恒磨牙在11-13岁时。窝沟较深的青年人也可以进行窝沟封闭防龋, 中老年人后牙的窝沟随着咀嚼食物的磨耗, 窝沟逐渐变浅或消失, 过了窝沟龋的易感期, 有的已经得了龋齿, 因此不必再做窝沟封闭。

3. 及时镶牙的重要性

有些患者认为, 牙齿缺一两颗没有必要镶, 这种想法

是错误的。及时镶牙很重要, 无论在什么时候, 拔牙之后都应该及时镶牙。很多人会问, 拔牙后为什么要及时镶牙呢? 关于拔牙后及时镶牙的重要性, 口腔专家指出, 拔牙后, 在牙列中间留下了空隙, 如不及时填补上, 那么与被拔掉牙相对的牙齿会因缺乏拮抗力, 就会明显伸长, 而且, 空隙两侧的牙, 也向空隙处倾斜, 最终导致邻牙出现间隙等。牙齿间一旦有了缝隙, 就会出现塞牙等情况, 时间长了就会出现牙周病或龋病。在青少年时期拔牙又未及时镶牙, 可造成更多的牙齿移位, 发生牙齿

排列紊乱, 引起终身的痛苦。同时牙齿缺失, 影响到人们的外在美, 引起咀嚼功能障碍甚至颞下颌功能疾患, 影响青少年发育等身体各方面的问题。

那么拔牙后什么时候镶牙好呢, 口腔专家指出, 一般情况下, 拔牙创口需要经常2-3个月才能使牙槽骨得以恢复。因此拔牙后2-3个月左右为镶牙的最佳时间, 具体时间的选择, 应在专业医师的全面检查下, 根据牙槽骨的具体恢复程度而定。

山东省立医院口腔科主任医师 张东升

儿童牙齿矫正的几个时期

儿童牙列不齐的矫治, 在不同的年龄有不同的处理方法, 具体如下:

乳牙期(3~7岁): 这个时期需立即矫治的有: 前牙反颌、下颌前突、后牙反颌以及一切妨碍颌面部正常发育及正常功能的口腔不良习惯。矫治目的主要是为了促进儿童颌面部的正常发育, 防止严重畸形发生。

替牙期(7~12岁): 有下列几种情况应进行矫治: 前牙反颌, 多生牙造成的牙列不齐, 个别牙严

重错位、拥挤, 影响发育及功能者, 上下牙弓间关系异常者等。此时期使用的矫治器一般不复杂, 矫治力也应小, 且矫治器不宜长期使用。

恒牙期(12~15岁): 这个时期是各种牙列不齐和错颌畸形矫治的最佳时期, 而且效果最好。了解以上这些情况后, 家长积极配合医生治疗, 不要急于求成。

山东省立医院口腔科主任医师 张东升

从小到大谈护牙

龋齿, 又叫虫牙, 是一种很常见的牙齿疾病, 是牙齿在以细菌为主的多种外界因素的影响下, 牙齿硬组织的无机物脱矿、有机物分解的一种慢性破坏性疾病。龋病是口腔病中发病率最高的三大疾病之一, 儿童更是容易罹患龋齿。全国牙防组专家表示, 我国平均每个孩子拥有5颗虫牙。龋病的早期预防和早期治疗就尤为重要, 保护牙齿要从小抓起。那么怎样才能保护宝宝的牙齿, 不受龋病危害呢? 主要有以下几个方面:

一、保持口腔清洁, 养成良好的刷牙习惯。

从孩子第一颗乳牙萌出时, 家长应用干净纱布或棉签给孩子清洗牙齿; 孩子满2岁

半左右应为其准备一支小头毛软幼儿牙刷, 耐心教宝宝刷牙的方法, 养成早、晚刷牙, 饭后漱口的习惯。6岁后, 教会孩子正确使用牙线, 养成良好口腔卫生习惯。14岁左右, 孩子完成换牙, 为孩子选择成人牙刷, 即小头、软毛、顶端磨圆的保健牙刷, 此时孩子应该掌握正确的BASS刷牙法, 每天早晚刷牙, 每次3分钟, 牙刷定期更换, 并能够正确使用牙线。良好的刷牙习惯保持终生。

二、注意膳食平衡, 遵循合理进糖原则。

预防乳牙龋病的发生, 首先应当提倡母乳喂养。千万不能养成婴幼儿含着奶嘴睡觉的不良习惯, 以避免奶瓶龋的

发生。尽量减少含糖进入孩子口腔的数量和次数, 两餐之间尽可能不吃糖果和蜜饯, 饼干等含糖量高且富于黏性的零食, 尤其不能在临睡前吃。吃糖类和淀粉类食物一定要事后漱口或刷牙。

三、保护第一后磨牙, 进行窝沟封闭。

6岁左右在乳牙列的后面长出的恒牙称第一后磨牙, 俗称“六龄牙”, 是最早萌出的恒牙, 也是发挥咀嚼功能、影响牙齿排列、影响颌面部发育的最重要的牙齿。六龄牙容易龋坏, 但它往往最易被忽视而失去最佳治疗时机, 严重时甚至被拔除, 严重影响正常咀嚼和生长发育。乳磨牙也可以进行窝沟封闭, 预防龋齿。

四、定期检查, 及时治疗。

从孩子2岁左右到乳牙全部萌出期间每半年应定期去专业口腔医疗机构做一次口腔检查, 做到早发现, 早治疗。对于已经形成龋坏的牙齿, 应进行充填治疗, 即“补牙”。越早治疗, 疗程越短, 痛苦就越小。定期检查牙齿的习惯要持续终生, 才能最大限度地预防龋齿, 保护我们的牙齿健康。

虽然龋病发病率很高, 但是只要我们从小养成良好的爱牙意识和护牙习惯, 早期预防早期治疗, 拥有一口健康美丽的牙齿并非难事。爱牙护牙, 请从娃娃抓起!

山东省千佛山医院口腔科主任 张韶君

口腔“肿块”不容忽视

口腔无痛肿块应该早治疗, 以防癌变。

当发现自己口腔, 面部或颈部有个小肿物时, 有些人会觉得不痛不痒, 没什么大不了的; 等到某一天肿物突然开始生长加快, 并伴有明显疼痛时, 可能为时已晚。因为早期可能是一个常见的良性肿瘤, 不痛不痒, 生长缓慢, 治疗非常简单。这样的“定时炸弹”可能十年不癌变, 也可能今天就变化。

口腔长期不愈合的“溃疡”可能是癌。

临床工作中, 经常会遇到这样的情况: 患者口腔里长了小肿块, 并有溃疡, 糜烂, 初起时疼痛不明显, 不影响吃饭, 未引起患者重视, 以为是“上火, 溃疡”过几天就好了; 几个月后肿物长大溃烂, 成了火山口样溃疡, 疼痛加重, 舌活动受限, 无法咀嚼和吞咽时才来医院就诊, 这时可能已是口腔癌晚期, 错过了治疗的最佳时机。

齐鲁医院口腔科主治医师 陈安威

山东大学齐鲁医院口腔科

科室简介

山东大学齐鲁医院口腔科始创立于1927年。经过七十多年几代人不懈的努力, 口腔科逐渐发展成为一个集临床、教学、科研为一体的综合性的专业科室。

口腔科在省内享有较高声誉, 科室具有雄厚的技术力量和先进的医疗设备。口腔科现有教授5名, 副教授7名, 中级职称15名, 其中博士生导师1名, 硕士生导师8名。具有博士学位的有3人, 硕士学位以上的占60%。口腔科现有病床36张, 配备有先进的口外监护室, 口腔综合治疗椅14张。为预防患者在口腔科的交叉感染, 科室配备有先进的自动清洗消毒机、预真空压力蒸汽灭菌器, 真正做到了“一人一机”; 同时科室拥有数字化牙片机、数字化曲面断层机、口腔内窥镜等先进设备。在口腔颌面部肿瘤的诊治、组织瓣移植、唇腭裂序列治疗、颞颌关节手术等方面, 在省内口腔颌面外科方面均处于领先地位。其中腭裂修复改良手术——腭咽环扎术, 属国内首创。近年来在颌面畸形整复治疗、颅颌面联合根治术、正颌外科、颞颌关节镜治疗、三叉神经痛等治疗方面均具有教高的水平。2000年, 在中华慈善总会的策划下, “微笑列车”行动在中国进行, 齐鲁医院口腔科作为“微笑列车”定点单位之一, 已经成功的为数千名唇腭裂患者实施了手术, 而治疗效果已达到国内先进水平。

口腔内科积极开展龋病、牙周病、口腔粘膜病的防治和科研工作

作。在龋病的病因学和预防学的研究、对弯曲细小根管的治疗以及在牙周病的综合治疗、口腔粘膜病的中西医结合治疗方面都具有较高的水平。此外, 在牙齿美容治疗、面肌痉挛、颌面部三叉神经痛等综合治疗也取得了较好效果。

口腔修复及正畸方面, 利用人工生物材料制作各种装置、矫治器或修复, 以恢复、重建或矫正患者的各类先天性畸形、后天性缺损或异常的口腔颌面系统疾病, 使之达到正常水平。主要开展采用固定或活动修复技术修复治疗牙体缺损或畸形及修复治疗牙列缺损; 采用颌面赝复技术对颌面部缺损畸形进行修复治疗。同时还开展牙周疾患、颞颌关节疾患的预防和修复治疗等。对于错颌畸形患者, 其治疗已从建科初的单纯活动矫正器, 到目前以固定矫治技术为主, 包括标准方丝弓、各种直丝弓、功能性矫治器等多种矫治技术均得到广泛的开展。

口腔科承担着本科生, 研究生培养工作, 迄今为止已培养博士后3名, 博士研究生3名, 硕士研究生数十名。此外, 口腔科还先后接收200余名省内外进修人员来院内学习, 为基层医院培养了大批人才。在科研方面, 口腔科先后承担国家级及省级课题20余项, 获省部级奖共10余项, 发表论文100余篇, 主编和参编著作近20部, 参加国际国内会议50人次。此外还多次选派青年医生外出学习, 学习国内外的先进经验和技能, 从而更好地促进口腔科的发展。

专家介绍

◆魏奉才 教授、主任医师、博士生导师、山东大学齐鲁医院口腔科主任、山东大学齐鲁医院院长。现兼任中华医院管理学会理事、中华口腔医学会理事, 中华口腔颌面外科专业委员会委员、山东省口腔医学会主任委员、山东省美容整形外科学会副主任委员。

多年来, 在诊治口腔科常见病、多发病和疑难复杂病方面积累了丰富的临床经验。在口腔颌面部肿瘤治疗方面, 在省内率先开展了肿瘤切除术后即刻整复手术, 如带血管蒂的肌皮瓣、骨瓣行颌面部组织缺损的重建术、颞下颌关节成形术等, 大大提高了患者的生存质量。在口腔颌面部先天性畸形治疗方面, 在国内率先开展了腭裂整复的改良术式——腭咽环扎术, 有效地提高了唇腭裂患者语音功能。在省内较早开展了唇腭裂的综合序列治疗。在治疗牙颌面畸形方面, 在省内率先开展了各种正颌外科手术, 如下颌升垂直矢状劈开术、下颌升垂直直劈开术、颞成形术等, 取得了良好的效果。

◆王勇 主任医师, 教授。现任齐鲁医院口腔科副主任。从事口腔临床工作近20

年, 经验丰富, 擅长口腔颌面部外伤、骨折的手术治疗, 擅长口腔肿瘤的手术治疗和唇腭裂修复等。

◆刘少华 教授, 副主任, 临床医学博士后。擅长各种颌面部肿瘤和外伤的手术治疗和功能整复, 擅长血管瘤、淋巴管瘤的治疗以及唇腭裂等疾病的手术治疗。

门诊时间: 每周二下午、周五上午, E-mail: lshabcba@126.com

◆宋代辉 教授, 硕士研究生导师。在口腔颌面部良恶性肿瘤、颞下颌关节病、口腔颌面部外伤、先后天畸形及牙槽外科等诊断和治疗方面积累了丰富的临床经验。

门诊时间: 每周三全天。

◆卞翠荣 教授、主任医师。主攻口腔修复, 擅长固定烤瓷修复, 牙种植手术及修复, 牙齿美容、美白脱色, 颌面部骨缺损赝复体修复, 全口义齿, 疑难义齿及咬合重建的设计及制作。

门诊时间: 周一三五全天, 周二上午。预约电话: 0531-82169359

◆王卫之 主任医师。现从事口腔粘膜病、牙体牙髓病、牙周病等口腔内科疾病的

诊治工作, 尤其擅长口腔粘膜病的诊断与治疗。

◆刘梅 主治医师。擅长牙体牙髓牙周病的诊断与治疗, 牙体过敏的诊治, 针对氟斑牙、四环素牙、以及外因性(咖啡、酱油、茶等)的染色牙体偏黄牙齿冷光牙齿美白技术。

◆陈安威 主治医师。擅长口腔颌面外科手术治疗, 颌面部创伤、肿瘤、颞下颌关节的手术治疗, 熟练掌握颌面部大型缺损的整复手术, 并在唇腭裂序列治疗及腭裂语音训练方面积累了丰富的经验。

◆石亮 主治医师。擅长各种颌面部肿瘤、外伤、唇腭裂以及颌面部缺损与功能修复等手术治疗, 尤其在涎腺疾病诊断与治疗、颌下腺移植与移位研究方面具有丰富经验。

门诊时间: 周二全天 单位电话: 0531-82169319

◆窦慧芹 主治医师。擅长龋病、牙髓病、根尖周病的治疗, 尤其对根管治疗技术有多年临床经验及较深入的探索。

◆董作青 主治医师, 口腔颌面外科博士。门诊周三全天。