

“9·20”口腔健康专家谈(三)

关爱牙周健康

牙周病是患病率最高、危害较大的一种口腔疾病,有调查显示,牙周病人患病率高达90%,几乎每个人在一生中都会受到牙周病的侵袭,是造成牙齿缺失的最主要原因。牙周病会使很多中老年人过早丧失咀嚼功能,还可引起或加重心脏病、胃病、糖尿病、心血管病和关节病及并发症等,严重危害全身健康,影响生命质量。

牙周病主要是由附着在牙齿周围的牙菌斑和牙结石造成的,主要临床表现是牙龈炎、牙周袋、牙槽骨吸收、牙齿松动直至脱落。牙周病的最大危害在于进展缓慢,患病初期很多患者并没有自觉症状;而牙周病进展具有不可逆性,等出现明显症状时已为时过晚,人们往往在来不及治疗的情况下就失去了牙齿。所以控制牙周病的重点在于“早发现,早治疗”。

在我们日常生活中,最简单的发现牙周疾病的征兆就是在刷牙时牙龈出血。请大家记住:健康牙龈在刷牙时是不出血的。同时,如果你感到自己牙龈呈暗红色或鲜

红色、肿胀疼痛,口腔异味,牙齿松动、牙齿变长、咀嚼无力等现象时,就要提高警惕自己是否患了牙周疾病了。

那么怎样才能预防和治理牙周病呢?最重要的是每半年或一年到正规的口腔医疗机构就医,定期进行口腔检查和牙周维护,可以最大程度预防或减缓牙周病的进展。牙周维护最有效的方法就是采用洁治(洗牙)和刮治等机械方法彻底去除附着在牙冠、牙根表面的菌斑和牙石。药物治疗达不到彻底清洁的效果,它只能辅助减轻炎症。

其次,要养成良好的口腔卫生习惯,正确刷牙,选择软毛牙刷,三个月换一次。采用BASS刷牙法(如果不会,可以到医院请你的牙科医生教你),每次刷牙要保持3分钟左右,每天至少刷两次,保证牙齿内外都要清洁到位。同时使用扁平楔状牙签、牙线清洁牙间隙。

只要做到这两点,你就是在刷牙时牙龈出血。请大家记住:健康牙龈在刷牙时是不出血的。同时,如果你感到自己牙龈呈暗红色或鲜

红色的牙龈,医学上称这

张口过大也是病

在日常生活中,人的嘴每天都要做无数次的张闭口运动,用以完成诸如说话、吃饭等多项生理功能。门诊上经常可以见到因张不开嘴前来就诊的病人,医学上称这

类症状为张口受限。但是很少有因为张口过大前来就诊的病人。殊不知张口过大也是病。

人的嘴究竟应该张多大?正常成年人自然张口度

平均为3.7cm,但是个体差异比较大,通常以自体三指为标准。即一个人的食指、中指、无名指并起来,能顺利放进上下门牙之间即为正常。如果放不进去则为张口受限;如果能同时放进去四个手指就是张口过大了。为什么说张口过大也是病呢?要知道,张口过大可以引起关节内的结构发生改变。其中最常见的是引起关节盘的前移位,典型的症状是关节弹响,即在张闭口时关节区出现响声。严重者可引起关节内组织的损伤,此时张口可出现疼痛,逐渐发展为

张口受限。可见,前面提到的以张口受限前来就诊的病人早期的症状就是张口过大。

我们知道,张闭口是下颌骨及其周围肌肉在大脑的支配下所做的自主运动,也就是说人的嘴张得大小是可以支配的。为了保护关节,在日常生活中应该避免大张口。比如,避免大张口咬东西。另外,在平时碰到打哈欠时,可以用手抵住下颌颈部,用以限制下颌过度移动,起到保护关节的作用。

齐鲁医院口腔科教授
宋代辉

都是“智齿”惹的祸

智齿(即第三磨牙)是牙列中最后萌出的牙,多于18~25岁萌出,因萌出位置不足,可导致智齿萌出不全而异位或阻生,牙冠部分外露于牙龈之外,部分被牙龈覆盖。牙龈与牙体之间形成一个狭窄较深的盲袋,容易积存食物碎屑和细菌,一般刷牙漱口难以清洗干净;加之冠部牙龈因咀嚼食物而损伤,形成溃疡。当全身抵抗力下降,细菌毒力增强时,便可引起牙冠周围组织炎症,即智齿冠周炎。

俗话说“牙疼不是病,疼起来就要命”,临床上就诊的患者常以急性炎症形式出现。患者感到患处胀痛不适,常以后牙疼痛就诊;如病情继续发展,可出现咀嚼、吞咽、开口活动时疼痛加重,局部可呈自发性跳痛,并可放射至同侧的头面部。炎症侵

及咀嚼肌时,可引起不同程度的开口受限。检查可见牙龈瓣红肿糜烂,有明显触痛,压迫龈袋可有脓液溢出。全身可出现不同程度的畏寒、发热、头痛、大便秘结等症状,白细胞总数明显升高,中性白细胞比例上升。慢性智齿冠周炎在临床上多无明显症状,仅有患处轻微压痛不适。当抵抗力下降时,常致急性发作。急性冠周炎进一步加重,可引起邻近组织器官或筋膜间隙的感染。

对于智齿冠周炎患者应及时到医院就诊,如病情发展到晚期引起周围间隙感染或全身败血症,将对人体危害极大且难以治疗。早期患者治疗可病变局部冲洗引流,全身引用抗生素治疗,明确智齿情况,当炎症治愈后应尽快拔除该智齿。

齐鲁医院口腔科 陈安威

口腔黏膜疾病患者须知

口腔黏膜病是指发生于口腔黏膜及软组织上的类型各异,种类众多的疾病总称。最常见的几种疾病是复发性口疮、扁平苔藓、唇炎、天疱疮、白斑等。

1.口腔黏膜疾病大多数与全身疾病有关,且许多是慢性疾病,需要长期用药,因此治疗前需要做如血常规、肾功能、肝功能等全身检查,同时应积极治疗全身疾病。

2.口腔黏膜病绝大多数是良性疾病,要消除不必要的恐惧情绪。多数患者经过正规治疗后病情可以得到控制,症状缓解,甚至治愈。

3.口腔黏膜病患者要树立乐观向上的良好治疗心

态,生活要有规律,避免劳累,避免产生各种压抑、焦虑、忧伤等不良情绪,加重病情。

4.要按医生要求治疗口腔内与黏膜病有关的病损:如拔除残根残冠、拆除不良修复体、修改不适宜齿、治疗龋齿,定期洁牙等。

5.口腔黏膜病中有部分属于癌前病变或癌前状态,根据病情需进行组织病理学检查,也需定期就诊观察。

6.根据经验,口腔黏膜白斑、扁平苔藓、慢性唇炎、天疱疮等慢性疾病饮食中应禁忌:酸、辣、烫、硬、腌制品、麻、涩等食品以及烟酒。

齐鲁医院口腔科
主任医师 王卫之

牙齿酸痛——牙本质过敏

吃冷、热、酸、甜等刺激性食物,就感觉牙齿酸酸的,有时食物碰到牙的某个部位时甚至觉得牙齿“酸倒”了,这是怎么回事?这种症状是由于牙齿最外层的釉质完整性受到破坏,使里面敏感的本体暴露所致。磨耗、楔状缺损、牙折、龋病、牙周萎缩均可发生这种牙本质过敏。

牙本质过敏症的发生多和不良生活习惯有关:喜欢吃较硬的食物;喜欢喝可乐等碳酸饮料;习惯单侧咀嚼食物,导致单侧牙齿磨耗较多;牙刷刷毛过硬,或者喜欢横向拉锯式刷牙,容易导致牙颈部出现楔状缺损。此外,牙齿缺损后没有及时修复,剩余的牙齿磨耗过度,也会引发牙本质过敏症。

由于一些口腔疾病(如龋病)也会导致牙釉质缺失,牙本质暴露,所以出现牙齿酸痛的症状后,应及时到医院就诊,如果是其他口腔疾病引起的,应积极治疗原发病,如果是单纯的牙本质过敏,可在医生指导下采取以下治疗和保健方法:

- 在医院进行脱敏或充填治疗。
- 用脱敏牙膏和软毛牙刷,刷牙时不要太用力。
- 缓解咬合面过敏,可咀嚼茶叶或生核桃仁。
- 用生大蒜摩擦牙齿敏感区。
- 减少酸性食物和饮料的摄入。
- 用两侧牙齿咀嚼。
- 夜间磨牙者睡觉前要戴保护牙齿的牙套。

山东省千佛山医院口腔科

科室简介

山东省千佛山医院口腔科创立于1985年。25年来,科室在各届领导的关爱下,在几代口腔医护人员的不努力下,逐渐发展为功能齐全,设备一流,学术地位领先,集口腔医、教、研于一体的医疗机构,是山东省口腔疾病防治的重要部门。

口腔科拥有全国一流的诊疗环境,配备有先进的德国西门子等品牌进口牙科综合治疗椅30台,CAD-CAM计算机辅助全瓷制作系统,口腔数字化全景X光机、数码牙片机等高端影像设备,佛罗里达牙周诊断系统,法国赛特力牙周治疗系统,ITI种植系统,电子根尖定位仪,镍钛根管预备系统,热凝牙胶充填设备,自动清洗消毒机,预真空压力蒸汽灭菌器以及口腔内窥镜等多种辅助检查设备。

科室现有医护人员30余人,其中高

专业特色

本科成立了由牙周病专业、口腔外科专业、口腔修复专业及口腔正畸专业等多名专家组成的牙周病治疗小组。在省率先采用国际先进的佛罗里达牙周诊断系统,对牙周病进行科学化标准化诊断。根据诊断结果,牙周病治疗小组专家对牙周病患者进行全专业会诊,做出个性化系统治疗方案,让每一位牙周病患者及时得到牙周治疗和功能重建,重获口腔健康。口腔科牙周病综合治疗水平居全省前列,得到广大患者的认可和好评。

根管治疗 根管治疗是牙髓病和根尖周病的最佳治疗方法,也是固定修复的基础治疗。科室近年来引进先进的镍钛根管预备系统,同时配合电子根尖定位仪对根管长度进行精确定位,极大地提高了根管治疗的质量,减少了术后疼痛的发生,尤其在处理细小弯曲根管、根管再治疗等疑难病例取得了良好的效果,积累了丰富的经验。患牙根管治疗的成功率不断提高,最大限度地为患者保存口腔内的余留牙,提高患者的

级技术职称者11人,具有硕士博士学位者18人。能够开展口腔科所有常规诊疗项目,在牙周病治疗、患牙保存、儿童牙病、心血管病患者拔牙、种植牙、颌面部创伤修复、颌颌面复杂骨折手术等领域,均具有较高水平。科室现有学会兼职:中华口腔医学会牙周病专业委员会委员、山东省牙体牙髓病专业委员会副主任委员、山东省修复专业委员会委员、山东省正畸专业委员会委员、山东省口腔医师协会会员、中华口腔医学会口腔颌面外科专业委员会会员、中华实用医药杂志编委等。

除常规口腔临床工作以外,千佛山医院口腔科还承担着山东大学、滨州医学院、潍坊医学院、济宁医学院等本专科学术教学与实习带教任务。多年来,已经先后培养数百名学生,分布在省内外相关领域,奉献着自己的才智和年华。

生活质量的

唇腭裂矫治手术 2000年,国际“微笑列车”慈善基金会在中国开展唇腭裂患者免费矫治手术,省千佛山医院口腔科作为“微笑列车”定点单位之一,积极参与这项慈善活动。迄今为止,已经成功地多名贫困家庭的唇腭裂患者实施了手术,使这些患者重获微笑和自信。目前,“微笑列车”项目仍在继续进行。

人工种植牙系统 多年来我科引进了具有国际先进水平的ITI种植牙系统,可进行即刻及延期种植,开展范围包括各类牙体、牙列缺损、无牙颌的病人以及颌骨外伤和肿瘤术后骨缺损的种植修复,擅长通过上颌结节或翼上颌种植、上颌窦提升或植骨、onlay植骨、下牙槽神经移位术、自体骨异位移植、引导性骨再生进行各类复杂条件下牙齿的种植,通过辅助手术使骨量不足的患者也能享受到种植牙带来的乐趣,取得较好的临床效果。

口腔修复 口腔修复科近年来发展迅速,现有专业技术人员8名,理论

功底扎实,技术娴熟。引进了国内先进的义齿加工企业,为患者提供优质美观的修复体。近年来,口腔修复科除采用传统的固定或活动修复技术修复治疗牙体、牙列缺损及牙列缺失外,还开设许多特色医疗项目,如牙周病修复治疗、种植义齿上部结构修复、残根残冠保存治疗、重建修复治疗、颞颌关节疾病修复治疗、颌面覆治疗等。曾为多名保健患者成功进行了疑难条件下义齿修复,得到上级领导和广大患者一致好评。

口腔正畸 口腔正畸科主要研究和矫正各种牙合畸形,如:地包天、牙齿不齐、牙齿前突、深覆合、牙埋伏、唇腭裂、外伤等所致的各种牙合畸形以及因错颌所导致的颞颌关节功能紊乱及牙周疾病、正颌外科手术、术后正畸治疗等等。近年来开展了国际先进的直丝弓矫治技术、自锁托槽矫治技术、舌侧矫治技术、种植体支抗技术等,取得了较好的治疗效果。其中自制无托槽隐形矫治器,正畸患者戴上舒适美观,经济实用,深受广大患者欢迎。

2000年以来,口腔科在医学科研方面形成了多个研究方向。近年来分别承担了省科技厅、省自然科学基金、省卫生厅等多项立项和资助课题,其中“以微型钛板对颌骨坚固内固定的临床研究”鉴定为国际先进水平,“P16抑制基因在腮腺多形性腺瘤中的应用”获山东省医学科技进步三等奖,另有多项课题在研。并与多所国内外口腔医学院所有密切的学术交流与合作关系。

随着社会的进步,人民的生活水平日益提高,人们对口腔健康的要求也越来越高,拥有健康、靓丽的牙齿已经成为幸福生活不可缺少的一部分。山东省千佛山医院口腔科持一如既往地坚持“服务好,质量好”的原则,竭诚为广大口腔患者提供满意的服务。我们愿和您一起关爱您的牙齿,保护您的健康!愿您每一天都拥有健康自信的微笑!
咨询预约电话:0531-89268452

专家介绍



张韶君
副主任医师

山东省千佛山医院口腔科

主任、中华口腔医学

会

牙周病专业委员会委员,山东省牙体牙髓病专业委员会副主任委员,山东省口腔医师协会委员。擅长牙周病的系统治疗、牙体牙髓病的诊断与治疗,疑难根管治疗,基于修复和美容需要的各类膜龈手术、牙体美容修复。门诊时间:周二全天

孙亚夫 主任医师 口腔颌面部良恶性肿瘤的诊断和

治疗,术后修复和重建、先天性唇腭裂的修复治疗、种植牙的手术、后天性畸形和缺损的修复、门诊疑难牙齿的拔除、困难阻生齿的拔除、各种疑难牙病的诊治、各种口腔疾病的诊治。门诊时间:周一全天

郑传雨 副主任医师 擅长:龋病、牙体非龋的疾病、牙髓病、根尖病、牙周病、黏膜病等的诊治,尤其对龋病的理论

与临床、牙齿变色的诊治有丰富经验。门诊时间:周三全天

唐建民 副主任医师 擅长各类疑难牙拔除术、种植牙手术及各类牙槽外科手术、口腔颌面部肿瘤、外伤、颌骨骨折及唇腭裂的诊断与治疗。

牙体牙髓病、根尖牙髓病的诊断与治疗。门诊时间:周四全天

尚秀香 主任医师 对全口义齿、半口大型复杂活动

桥,固定桥各种冠,上下颌骨手术后重建修复设计合理,制作精细,戴后舒适美观。新材料、新技术能及时运用到临床实践中。门诊时间:周三全天

王国相 副主任医师 擅长疑难牙和阻生牙拔除术、人工牙种植牙槽外科手术、口腔颌面部各种软组织外伤及颌骨骨折的治疗、口腔颌面部肿瘤的诊治、颞颌关节病的诊治及颌骨正畸。门诊时间:周二全天

彭凤梅 副主任医师 擅长牙齿龋病、髓病、根尖周病、牙周炎及儿童牙病的诊断和治疗,对牙体疾病的预防和牙体缺损的修复有独到之处。门诊时间:周四全天

商红国 副主任医师 擅长口腔颌面外科创伤、先天性唇、腭裂、口腔肿瘤、牙槽外科的诊治、牙体牙髓病的诊断与治疗特别对种植牙及阻生智齿的拔除有丰富的临床经验。门诊时间:周三全天

康岚华 副主任医师 擅长牙体缺损、各类牙列缺损的固定及活动义齿修复,全口义齿、附着体义齿及种植义齿修复。门诊时间:周一全天

李志刚 副主任医师 专业擅长:下颌阻生智齿和各种复杂牙拔除术、种植牙、各类牙槽外科手术及颞颌关节病、颌面部神经疾患的诊治、口腔颌面部肿瘤的诊断治疗及缺损的修复与重建、口腔颌面部外伤的诊断和治疗、唇裂及腭裂的修复术、齿槽裂植骨术及鼻唇

继发畸形矫正术、各类牙颌面畸形的正颌外科治疗以及颌骨牵引技术。门诊时间:周五全天