



扫码看更多内容

A12-13

齐鲁晚报

2022年3月20日

星期日

医学 / 健康 / 服务 / 科普

给孩子看牙 “奥特曼”是标配

一本厚厚的画册,里面少说有几十张奥特曼卡片。“这是迪迦·奥特曼,这是植物怪兽绿蒙斯,这是海底怪兽格斯拉。”候诊的9岁小患者龙龙向记者科普起动画知识。

龙龙并不是第一次来济南市口腔医院儿童口腔二科就诊,熟悉这里的他并不害怕牙科医生,“叔叔说勇敢点,表现好就奖励一张卡片。”

这里每个工作台都会准备这样一本画册,还有一沓贴纸,贴纸的造型有很多,唐老鸭、海绵宝宝、芭比娃娃、kitty猫,应有尽有。

“在家长看来,给患儿卡片是一种奖励,其实这是一种行为诱导方式。”济南市口腔医院儿童口腔二科副主任医师马龙说,行为诱导方式有很多,送给孩子卡纸只是其中一种。比如3-4岁孩子独立性开始增强,医护人员还会诱导他们帮助医生拿些小工具,给予表扬,“让孩子参与到治疗过程中,变得不再害怕,也能增加他们的自豪感。”

除了这些小奖励,在儿童口腔科诊室的每台牙椅上,还配备了小电视,可以为患儿播放动画片,转移孩子的注意力,缓解紧张情绪。

不要拿“看牙” 吓唬孩子

马龙在这里工作了20多年,自从他来到医院的那一刻,送贴画哄孩子的“传统”就一直在延续。

“乖孩子是有,但大部分孩子还是会害怕哭闹。”记者在诊室外,即使隔着厚厚的玻璃门,还是能听到孩子大声哭叫,马龙和护士只能一边安慰一边治疗,原本20分钟就能结束的诊疗,因为孩子哭闹,时间要增加一半。

随着乳牙患龋率上升,口腔科医生不仅要帮孩子恢复牙齿健康,还要克服儿童看牙的恐惧心理,这成为口腔治疗中不可忽视的问题。“其实看牙过程是不疼的,孩子哭闹也只是源自恐惧。”马龙说,除了医生治疗,家长配合教育也至关重要。

“再不听话带你去看牙!去找医生叔叔治你!”很多家长会拿看牙吓唬孩子,这样无疑会对孩子产生刺激,从心底排斥口腔检查。有的孩子甚至一躺下就开始大哭,不仅耽误诊治,也给医生造成很大压力。“平时可以给孩子看一些医学绘本,带孩子就诊前,给孩子讲一下就诊过程,这样孩子就不会产生未知的恐惧了。”马龙建议。

“白大褂”变成 “蓝大褂”和“粉大褂”

齐鲁晚报记者 陈晓丽

据世卫组织统计,全球每年约2000万人感染戊肝,造成大约340万的临床病例,大约7万人死亡。我国也是戊肝高发区,近年来患病人数有上升趋势。2021年度法定传染病报告中,戊肝报告人数超过26800人。

由于发现和命名较晚,相比甲肝、乙肝等病毒性肝炎,大家对戊肝的认知相对较低,但这种病对健康却有很大威胁。

“戊肝是一种经过消化道传播的病毒性肝炎,主要通过粪口—消化道传播,也就是通过吃饭、饮水等途径传染。”王磊介绍,1955年,因为水源污染,戊肝曾在印度引起了大流行。

根据多年来对病毒性肝炎的研究,王磊发现,戊肝的患病年龄分布广泛,从11岁-82岁不等,平均年龄为45岁。早期可能表现为全身乏力,恶心、厌油、食欲减退、腹胀等消化道症状,也可出现发热和尿色加深等。“如果没有特别的缘分出现这类症状,经过休息也不见好转,应该引起警惕。”王磊说。

“和甲肝相似,戊肝属于自限性疾病,并且一般不会转化为慢性肝

蛀牙可不是“虫子”咬的

世界口腔日,教孩子做个爱牙护牙好宝宝

壹点问医

赵女士本以为带6岁的儿子看牙是件很“头疼”的事,却不想儿子因得到牙科医生奖励的奥特曼卡片而十分欣喜。赵女士将这条线索反映给齐鲁晚报记者,在3月20日世界口腔日之际,记者来到济南市口腔医院儿童口腔二科探访,这里真有传说中的“奥特曼”吗?



分区刷牙口诀

小小牙刷手中拿
早晚刷牙要用它
牙齿外面圆弧刷
牙齿里面颤动刷
咬合面时来回刷
刷牙就像在画画
每个牙面仔细刷
做个爱牙好宝宝

儿童口腔科候诊大厅与成人口腔科诊室略有不同,除了同样干净亮堂,这里橙色的装修更鲜明活泼,医生也从“白大褂”变成了“蓝大褂”和“粉大褂”。

“为了不让孩子从感官上产生恐惧,我们不仅将医生的白大褂换成蓝色、粉色,诊室的椅子也以黄色褐色为主。每台牙椅上还配备了小电视,不仅能播放动画片,还能放大患儿口腔牙齿,让孩子更加了解自己的口腔。”济南市口腔医院儿童口腔二科主治医师宋瑛告诉记者。

据悉,儿童口腔科接诊的都是0-12岁的患儿,为了避免孩子在诊疗过程中产生紧张、恐惧情绪,治疗上也采取了针对孩子的舒适措施。

如在诊疗过程中采用一医一护四手操作,减少诊疗时间。与成人不同,治疗过程中需要用水冲洗,避免孩子误吞误吸,也会采用橡皮障隔离术。如果遇到极为不配合、无法正常就诊的小患者,科室也会采用

STA无痛微创麻醉技术,对单颗牙进行精确麻醉,或是门诊全麻下儿童口腔诊疗。

“不要把小朋友当患者,而是当成合作对象。”宋瑛说,孩子的恐惧来自未知,我们拿起医疗器械时,会告诉孩子准备做什么,可能会有响动,但是不会疼,进行正强化与鼓励,孩子的恐惧就会消除,达到合作目的。

孩子蛀牙 并不是“虫子”咬的

“目前,儿童龋齿和牙外伤的就诊率比较高。”今年寒假,济南市口腔医院儿童口腔二科为2000余名患儿进行了口腔保健服务,最忙的时候,马龙一天能接待20位小患者。

我们常说的虫牙或蛀牙,也叫龋齿。但蛀牙并不是虫子咬的,而是细菌代谢碳水化合物产酸将牙齿腐蚀导致的。

据第四次全国口腔健康流行病

戊肝:吃出来的肝炎

建议16岁以上人群及时接种戊肝疫苗



3月18日是第22个全国爱肝日。今年的宣传主题是“全民参与、主动筛查、规范诊疗、治愈肝炎”。

病毒性肝炎是常见的肝炎种类之一,尽管近年来我国在防控病毒性肝炎方面已取得显著成果,但防控依然不能放松。

本期“壹点问医·关爱女性健康”直播专场,山东大学第二医院肝病科主任王磊为大家详细介绍了戊肝的防治。

清除。不过也有些病情严重的患者,可能出现肝衰竭等表现,治疗效果可能不太理想。”王磊说,戊肝的病死率约为1%,对于孕妇、老人、有基础肝病的特殊人群,其病死率会大大增加。

王磊提醒大家,无论症状轻重,患者都应该到正规医院由专业医生判断,进行针对性保肝治疗。

对于戊肝的诊断,王磊介绍,戊肝主要通过血清学戊肝抗体检测而确诊。患者就诊时,医生往往通过详细询问病史、进行肝功检测、腹部B超检查等,发现肝脏出现炎症和损伤时,再进行相关的病因排查,从而确定诊断。

戊肝由于是急性肝炎,不能通过筛查提前发现,只能在急性发病期,出现相关症状后再检查发现。因此,提前预防非常关键。

“一方面,要控制传染源,一旦发现病人,要及时隔离和治疗。另一方面,要切断传播途径,注意环境卫生和饮食卫生,包括刀具和案板要生熟食分开、海鲜和肉食要尽量熟透等。”王磊表示,预防戊肝最积极、主动的措施,就是通过接种戊肝疫苗提高自身的特异性免疫力。

2012年8月,我国在全球率先研发

学调查,12岁儿童恒牙龋患率为34.5%,比十年前上升了7.8个百分点。5岁儿童乳牙龋患率为70.9%,比十年前上升了5.8个百分点。

“乳牙要在宝宝嘴巴里待6-10年,不好好护理,就容易导致蛀牙、炎症、错合畸形。”马龙说,除了疼痛,龋齿更会影响宝宝的咀嚼功能及营养摄入,还会影响恒牙发育,严重的会造成牙齿表面釉质脱落、牙齿崩坏,以至于牙神经感染、坏死。

世卫组织以12岁儿童平均龋齿数作为评判各个国家龋病流行的衡量标准,规定12岁儿童平均龋齿数1.2颗以下,为龋病流行低水平。

儿童口腔科的设立,不仅是治疗口腔疾病,更是为了患儿预防口腔问题。马龙建议,除了规范刷牙,注意口腔清洁,做好窝沟封闭,更重要的是带孩子定期检查。“孩子满1岁前或第一颗牙萌出时,就该第一次去看牙医。3-4岁后,建议每半年进行一次口腔检查。”

对于牙外伤导致牙齿脱落的小患者,建议家长尽快找到断裂牙齿,用自来水或生理盐水简单冲洗,千万不要用锐器刮牙根表面,不要用卫生纸类包裹牙齿,如果有条件,可用生理盐水或牛奶浸泡脱位牙,尽快就医。

世界口腔日 让孩子学会正确刷牙

马龙说,孩子2岁之后,自主性增强,小手也比较灵活了,这时候就可以教他自己刷牙。掌握正确的刷牙方法很重要,如果方法不对,不但不能刷干净,还可能损伤牙齿和牙周组织,长此以往,还可能患上牙齿疾病。

“刷牙时,建议以2个牙齿为一组,也就是一次刷2颗牙,刷5-10次之后,再移动牙刷去刷邻近的下一组,但两组牙之间要有重叠,比如最开始刷的是最里面的第1、2颗牙,刷干净之后,再往外移动,刷第2、3颗牙。”宋瑛说,一般右手握牙刷,可以从左往右刷,至于先上后下还是先下后上都是可以的。

除了认真刷牙,保证刷牙时间也非常重要。孩子每天早起和晚上睡前都要刷一次牙,每次刷牙时间要超过2分钟。“如果只刷几十秒,是不能彻底刷干净的。小孩子可能不知道2分钟有多长,可以播放一首2分钟以上的儿歌,告诉他儿歌结束后刷牙才能停止。”宋瑛说。

在牙膏选择上,宋瑛建议,在孩子乳牙没换完前,还是选儿童牙膏,不要把成人牙膏给孩子用。3岁以下孩子每次刷牙,牙膏量大概是一粒米大小,3-6岁孩子,每次刷牙的牙膏量可以是一颗豌豆大小。

只要牙膏按照这个量来挤,即使孩子不小心把牙膏吞下去,也不会影响健康。

成功了戊肝疫苗并获批上市。“戊肝疫苗是通过基因工程的方法产生的重组亚单位疫苗,从成分上来说,安全性好,不良反应少。”王磊表示,通过这些年大规模人群的接种效果来看,疫苗对于戊肝的预防效果能达到95%以上。

然而,由于对戊肝的认知度较低,戊肝疫苗又属于自费疫苗,目前大众对戊肝疫苗的接种率远低于乙肝疫苗等。

戊肝疫苗适宜接种年龄为16岁以上,按照0-1-6的程序接种三针,从而完成全程接种,即第一针与第二针间隔一个月,第一针与第三针间隔六个月。和其他疫苗相似,戊肝疫苗不建议孕期接种。如果在接种过程中发现怀孕,应暂停接种;待哺乳期结束后,再完成剩余的疫苗接种。

“猪等家畜也可能是戊肝病毒的传染源,因此畜牧养殖从业人员容易被感染。在我以前的研究统计中,也发现80%的戊肝患者都有经常在外就餐的习惯。”王磊说,餐饮业和畜牧养殖从业人员、经常在外就餐人群、慢性肝炎患者、备孕人群等,都属于戊肝感染高危人群,建议通过接种戊肝疫苗,增强针对戊肝的免疫力。

扫码看视频



炎。也就是说,症状很轻的戊肝,通过休息调养就可能恢复,症状明显的经过规范治疗也可痊愈,病毒可被完全

美编:马秀霞
编辑:于梅君

组版:于梅君