

健康口腔 幸福家庭

——2013年“全国爱牙日”德州市人民医院健康教育宣传活动



健康口腔 幸福家庭

9月20日为“全国爱牙日”，为了普及口腔卫生保健知识，进一步强化公众关注口腔健康，减少病等口腔常见病的发生，德州市人民医院口腔科结合2013年“全国爱牙日”提出的“健康口腔，幸福家庭”这一活动主题，积极进行健康教育宣传活动。

为给患者营造一个温馨、清洁的诊疗环境，德州市人民医院对口腔科诊室进行整体装修改造。但这并未影响德州市人民医院口腔保健宣传的力度。口腔科主任牛金城带领科室工作人员按时到岗，为患者耐心讲解，大力宣传口腔保健知识，希望通过爱牙日活动，广泛动员社会力量，在群众中进行口腔病防治知识的普及教育。

龋病和牙周病是最常见的口腔慢性感染性疾病，龋病早期没有自觉症状，只有通过定期检查才能发现，及时治疗效果好；需根据患者的年龄和龋坏的部位、程度等采取不同的治疗方法，绝大多数的龋坏都需要采用充填术进行治疗。充填术是治疗龋病最有效且应用最广泛的方法，是采用牙体外科手术去净龋坏组织，并将洞制备成规定形状，在保护牙

髓的情况下，用人工材料填充洞型，以恢复牙齿的形态和功能的治疗方法。如不及时治疗任其发展，会出现疼痛、牙根发炎、肿胀，治疗复杂、费用高，甚至导致牙齿丧失。

牙周病包括牙龈炎和牙周炎，是成人牙齿丧失的首位原因。牙龈炎主要表现为牙龈出血，可治愈但易反复发生。牙周炎是牙龈炎进一步发展的结果，可出现

牙龈红肿出血或退缩、牙齿松动、移位、口腔异味等。及时治疗可控制病变，但需长期维护，否则会加重或复发。

口腔疾病是可以预防、控制和治疗的，口腔的很多疾病与人们日常生活中不良习惯有很大关系。如每天刷牙不够三次，每次刷牙不够三分钟；饭后不漱口，尤其是吃了水果后不漱口，水果和唾液反应，对牙齿腐蚀作用更大；一

些孩子有咬手、咬铅笔等不良习惯，这些都会造成牙周组织损害，引起一些系统性疾病。日常生活中的吸烟、酗酒等不良习惯不仅对全身健康有害，而且会直接刺激口腔黏膜，导致癌变。对于口腔保健，最好每半年进行一次口腔检查。不要等到发生口腔疾病才去治疗，对已发生的牙缺损、松动病牙，要到正规的口腔科进行综合治疗。
(孙转转)



窝沟封闭，保护牙齿

随着生活水平的日益提高，儿童在享受丰富的物质文化生活的同时，软质食物、高糖食物等因素造成儿童更易患龋病。因此，医务人员和家长应重视儿童时期的龋病防治工作。

磨牙患龋，会对儿童的生理、心理造成严重的不良影响。首先，磨牙因龋蚀致牙体缺损，会造成儿童咀嚼功能明显降低，影响营养摄入。其次，由龋病转成的慢性根尖周炎可作为病灶牙使机体的其他组织发生病灶感染。研究表明，在我国儿童与青少年中，后牙窝沟龋占龋病的80-90%，如果能有效地预防和控制窝沟龋的发生，既能极大降低儿童与青少年龋病患病水平，又能降低个人经济负担和社会医疗资源消耗。

窝沟封闭就是预防儿童龋病

的简便、有效的方法。窝沟封闭就是在不损伤牙体组织的前提下，将窝沟封闭材料涂布于牙冠咬合面、颊舌面的窝沟点隙，当它流入并渗透窝沟后固化变硬，形成一层保护性的屏障，覆盖在窝沟上，能够阻止致龋菌及酸性代谢产物对牙体的侵蚀，以达到预防窝沟龋的方法。

窝沟封闭的最佳时机是牙冠未完全萌出，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。刚刚封闭好的牙齿，避免咬过硬过粘的食物，如口香糖、泡泡糖。做完封闭后，最好过3-6个月复查一次，以后每年进行口腔常规检查，同时检查封闭的牙齿，若发现有封闭剂脱落的情况，应及时给予弥补。
(李晓光)



(摄影 任霄)



关爱口腔 健康修复

近日，窦林波大夫接诊了一位男性患者。经过详细问诊得知，该男子是一个体老板，平日生意繁忙，贪图省事，在家门口农贸市场外的地摊上江湖游医处以“快速镶牙法”安装了全口的“固定瓷牙”，装完回家就发现这假牙不仅不能吃饭，现在嘴都闭不上了，不停的流口水，没几天就出现牙龈红肿、满嘴恶臭，刷牙还出血，接触冷水就牙齿酸痛。

经过检查，发现所谓的“固定瓷牙”，就是用最普通的自凝塑料配合钢丝直接缠绕在余留的真牙上制作而成的不良修复体。口腔四个象限全是，堵得满满的，散发着难闻的气味，再检查被缠绕的天然牙，也已经形成了深龋，龋坏快接近牙髓了，所以冷热水一接触就会出现剧烈的酸痛。由于真牙完全被包裹在白色自凝塑料中无法辨别位置，大夫只能借助颌面全景片，费了1个多小时

拆除完患者的“固定瓷牙”后，发现所谓的“固定瓷牙”就是单纯地利用患者口腔中剩余的10颗天然牙作为支撑来恢复了26颗牙。而且这10颗中还有几颗I度、II度松动的牙齿。用10颗不健康的牙齿来承担26颗牙齿的咬合力量，明显是一种小马拉大车的效应，完全违背了口腔生物力学。不仅会损伤牙周组织，还是一个慢性拔牙器，照此下去，用不了多久，口腔中仅留的牙齿就会因负荷过重而无法保留。

这是因镶用了不良修复体造成的牙体牙周组织的破坏。像这样的情况在日常门诊中已见怪不怪。在临床上常常遇到患者口内有设计不科学、制作工艺差的不良修复体，并对口腔组织造成了不同程度的损伤。

不良修复体的危害很多，口腔中戴用不良修复体的应尽早拆除。同时，缺失牙的患者千万不要嫌麻烦或贪图便宜而损坏了口腔甚至是全身的健康。
(窦林波)

