

儿童如何防龋病?

记者 宋伟 刘晶

的多种因素影响下,牙体硬组织发生慢性进行性破坏的一种疾病,随着牙体硬组织的不断破坏,龋病可逐渐造成牙冠缺损,成为残根,终至牙丧失,破坏咀嚼器官的完整性。这样不仅影响消化功能,而且在童年可影响牙合系统的生长发育,使人体健康素质下降。

致龋的多种因素主要包括细菌和牙菌斑、食物以及所处的环境等;

一是细菌:大量证据已经表明,细菌的存在是龋病发生的先决条件。

二是牙菌斑:牙萌出时,牙面上有一些胚胎来源的有机物覆盖,但这些物质很快通过咀嚼活动被磨除。牙萌出至口腔内又有一些有机物沉积于牙面,这些后天获得的沉积物含有各种底物,如有机酸、细菌抗原、细胞毒性物质、水解酶等,这些物质可以导致龋病或牙周病。若能控制牙菌斑的形成即可在某种程度上控制龋病;

三是饮食:随着人类进化,食物逐渐精细,精细的碳水化合物和糖分摄入量增加,增加了龋病的发病机会。糖的致龋作用与其种类、摄入量和摄入频率有关。

四是时间:龋病发病的每个过程都需要一定时间才能完成。龋病发生在牙齿硬组织,从获得性膜、细菌黏附、牙菌斑生物膜形成到引起牙齿的

颜色、形态和质地损害,一般需要一年左右的时间。

龋病的临床表现

王乐乐说,临床上最常规的按病程度分为三类:

一、浅龋:浅龋位于釉质内,患者一般无主观症状,遭受外界的物理和化学刺激如冷热酸甜刺激时亦无反应;

二、中龋:中龋就达牙本质层了,患者对酸甜饮食敏感,过冷过热饮食也能产生酸痛感觉,冷刺激尤为显著,刺激去除后症状立即消失。还可见食物残渣,细菌的附着;但也存在个体差异性,有的患者可完全没有主观症状;

三、深龋:龋病已进展到牙本质深层,深龋洞口开放状态,则常有食物嵌入洞内,食物压迫使牙髓内部压力增加,产生疼痛。遇冷热和化学刺激时,产生的疼痛较深龋时更加剧烈。

如何预防龋病

一是菌斑控制。机械清除菌斑是最简易的自我保健方法,包括牙刷、牙膏、牙线、牙签、牙间隙刷及牙间清洁器,还有漱口水也是不错的选择。

二是控制糖的摄入和进食频率。目前儿童、青少年,甚至成年人中游离糖摄入量最高,这也是导致儿童乳牙

患病率居高不下,中老年人龋病高发的原因。随着食物品种的大量增加,食物选择的原则总体来讲,那就是多食淀粉类食物、新鲜水果和蔬菜。

三是加强孕期和婴幼儿保健。加强孕期营养的给予防止胎儿早产,低体重,因为早产和低体重容易导致乳牙发育缺陷,增强了乳牙对龋的敏感性;婴幼儿时期(3岁内),应重视正确的喂养及补钙,保持营养和膳食均衡,促使乳牙正常发育、萌出及恒牙的正常发育;在乳牙列期、乳牙替换期、恒牙萌出期(5~12岁)应合理使用氟化物,增加乳牙的抗龋力,增强抗腐蚀能力。对乳磨牙和恒磨牙进行窝沟封闭,阻止菌斑滞留及减少龋病的发生率。

四是合理饮食、定期检查。建立合理的饮食习惯,增强儿童咀嚼的功能,颌骨发育,保证牙的正常替换,减少因牙替换异常而造成的牙列不齐。对于学龄前儿童建议每3~6个月进行定期口腔检查,对于学龄儿童每6个月进行口腔检查,而成人则每6~12个月进行口腔检查。当然对于龋病易感者,建议缩短定期复查的时间。

聚焦健康



龋病是人类的常见病、多发病之一,在各种疾病发病率中,龋病位居前列。但由于其病程进展缓慢,在一般情况下不危及患者的生命,因此不易受人们重视。实际上龋病给人类造成的危害甚大,特别是病变向牙齿深处发展后,可引起牙髓病、根尖周病、颌骨炎症等一系列并发症,以致严重影响全身健康。

那么,龋病究竟有哪些危害,应该如何科学预防呢?我们采访了北京大学第三医院延安分院(延安市中医医院)口腔科主治医师王乐乐。

什么是龋病?

王乐乐说,龋病是在以细菌为主



大医精诚
延安市人民医院
YAN'AN PEOPLE'S HOSPITAL

三叉神经痛不用怕 小小银针来搞定

本报(通讯员 高小娥)三叉神经痛被称为“天下第一痛”,是一种极度剧烈的面部疼痛,频繁发作后会给患者生活带来难以忍受的折磨。日前,张阿姨就因为这久病难愈的三叉神经痛住进了延安市人民医院疼痛康复科。

张阿姨今年64岁,甘肃省庆阳市华池县人。4年前无明显诱因出现右侧颌面部疼痛,呈发作性剧痛,每次持续3到5分钟,严重影响她的生活。2021年6月她在西安某医院就诊,诊断为原发性三叉神经痛,行显微血管减压术,术后症状有所缓解。

2022年无明显原因出现右侧眼睑下方及口唇上方疼痛,北京专家在当地义诊时行射频热凝治疗,术后症状缓解。近1年疼痛再次发生,每次持续3到5分钟,每天发作10多次。

张阿姨说:“一年来反反复复,生不如死。我看过西医,开了止痛药,起初还能吃药控制疼痛,但到了后来,吃药也起不到多大的作用了,实在是扛不住了,所以只能来延安市人民医院试试。”今年6月,她在当地一家报纸看到一篇有关市人民医院疼痛康复科

入院后,王忻主任详细查体结合病史,考虑继发于软组织损害引起的继发性三叉神经痛,决定采用银质疗法结合康复训练,治疗1周后,其疼痛完全缓解后出院。其间疼痛略有加重,2月后再行1周的银质针治疗,疼痛完全缓解。随访至今,其疼痛再未发作。她对疗效十分满意,逢人就夸:“王忻主任不仅人品好,医术也厉害,用几根银针就解决了我的疼痛,这下终于可以睡个好觉了。”

王忻主任介绍说,三叉神经痛和带状疱疹后疼痛并称“天下第一痛”。三叉神经痛是造成面部疼痛最

主要的疾病之一,分为原发性三叉神经痛和继发性三叉神经痛。治疗主要包括药物治疗、神经阻滞治疗、手术治疗。顽固性三叉神经痛多考虑用射频消融治疗。近年来,我科发现继发于软组织损害的三叉神经痛有较高比率。我科将银质针技术用于继发性三叉神经痛的病人取得良好效果,由于其不需要毁损三叉神经、没有麻木等缺点,且风险和并发症较低,为三叉神经痛患者提供了一个更好的治疗方案。同时这一技术,也可用于慢性顽固性疼痛包括头痛、颈肩腰腿痛、骨关节炎等疾病的治疗。

七旬老人上肢动脉闭塞 介入手术助其逃过一“截”

本报(通讯员 吴晓娇)在国庆假期的医疗前线,一场紧急介入手术正紧张上演。10月2日,延安市人民医院介入科对一位急性左上肢动脉血栓栓塞患者进行介入治疗,成功疏通了生命“渠道”,助其逃过一“截”。

当日上午,74岁的刘奶奶因左肩部及上肢疼痛6小时,被家人紧急送往市人民医院就诊。经查体,刘奶奶左上肢皮肤轻度水肿,轻度发绀,

皮温减低,左侧动脉及肱动脉搏动消失,进一步行血管超声检查,确诊为左侧锁骨下动脉闭塞,若不尽早手术,可能面临肢体坏死,导致截肢,严重后危及生命。

介入科团队经过快速术前讨论,决定实施介入手术——DSA引导下动脉取栓术。术中,通过造影显示,刘奶奶左上肢血流微弱,介入科团队立马投入“战斗”,用抽吸血栓导管将血栓抽吸出来,成功恢复上肢血供。

该手术属于微创治疗方法,仅需局部麻醉,穿刺点直径仅为2mm,在DSA(数字减影血管造影)引导下,沿导丝将血栓抽吸导管送至血栓部位,然后抽吸清除血栓。整个手术时间短、创伤小,迅速恢复肢体血供,缓解疼痛症状,减少住院时间。

术后,刘奶奶生命体征平稳,血流通畅,左上肢血压、温度基本恢复正常,疼痛感明显减轻,刘奶奶及其家属都露出了满意的笑容。

耿冀洲主任介绍说,急性动脉血栓栓塞,如果不及时开通血管,可能面临栓塞器官缺血坏死、肢体坏疽甚至截肢的风险。一般建议尽早开通闭塞血管,否则发生肢体坏死,将进一步导致肝肾功能衰竭,严重时危及生命。临床上可采用药物溶栓、外科切开取栓、微创介入治疗等方案。此次手术的开展争分夺秒,确实为患者提供了精准的医疗服务。

提前供暖让患者温暖就医

本报(通讯员 乔羽)近日,为了让广大患者能有一个温暖舒适的就医环境,延安市人民医院提前启动供暖工作,于10月10日起在全院范围内开始早晚供暖,让患者享受到

了贴心、温暖的服务。

据悉,该院动力科国庆节前就对全院供暖系统进行了全面检修、维护、保养和调试,根据气温变化,做好了为患者及家属随时供暖的一切

准备工作。供暖系统开启以后,动力科工作人员实时监控各项数据运行情况,目前供暖设备运行正常,供暖系统开启后,各诊室及病房的室温达到20多摄氏度,可满足患者及家属

的就诊和住院需求。

近年来,延安市人民医院每年坚持提前供暖,这也是该院切实履行人民医院服务人民宗旨,一贯坚持“患者至上”服务理念的具体体现。



仁爱创新
北医三院延安分院

CT引导做穿刺 精准取样破难题

延安市中医医院肺病科成功完成一例高难度CT引导下肺穿刺活检术

本报(通讯员 同丽静)近日,延安市中医医院(北京大学第三医院延安分院)肺病科成功完成一例高难度CT引导下肺穿刺活检术,精准获取了优质、足量的病理标本,为患者下一步规范化诊疗方案的制定提供了有力支持,为挽救生命赢得了宝贵时间。

一名72岁的男性患者,因头晕、头痛曾在当地医院就诊,检查显示患者额顶交界区结节周围明显水肿,考虑脑部转移瘤,胸部CT显示左肺上叶尖后段结节较之前略增大,双肺细支气管管炎。行支气管镜检查发现病变位于支气管管外,未能取到病理组

织。为求进一步诊治患者就诊于省级三甲医院,经过会诊讨论后,告知患者家属左肺上叶结节恶性可能性大,头部考虑转移所致,但左肺上叶结节位置不好,结节过小,同时有肋骨和肩胛骨的阻挡,穿刺活检较困难,建议三个月后复查胸部CT和头颅核磁,只能返回延安休养。后来患者和家属听闻延安市中医医院已成功完成多例此类穿刺活检术,便来到该院肺病科寻求帮助。接诊患者后,肺病科主任谢加利、副主任艾克东联合影像中心主任王保奇为患者会诊。

谢加利主任说,当看到患者的CT片后,结节过小,不足1.3cm,穿刺

路径上有肋骨、肩胛骨阻挡,而且患者正常呼吸时肺的活动度很大,需要一针到位,稍有不慎就会引发气胸风险,一旦气胸掩盖结节,穿刺将无法进行,给患者造成不可挽回的损伤。

为帮助患者查清病因得到更好的救治,肺病科团队决定奋力一搏。为患者开展CT引导下肺穿刺活检术。谢加利和艾克东反复对比患者的CT图像,利用二维、三维重建技术,仔细分析患者病变的位置,辨别病变与血管、支气管等重要脏器之间的关系,充分做好术前准备,在充分沟通并征得同意后,为患者实施CT引导下肺穿刺活检术。术

中发现,由于体位的关系,病变位置有所变化,穿刺难度比预想的更大,从侧面根本无法进针。在谢加利的指导下,艾克东临危不惧,结合CT引导,让患者取左侧卧高位,在腋窝选取进针路线,娴熟定位很快到达病灶,精准穿刺顺利取得病理组织,全程操作快、准、稳。术后病理诊断为腺癌,为患者下一步治疗提供了依据。

CT引导下经皮肺穿刺活检术的成熟开展,标志着该院在肺病诊断、检查领域技术水平有了很大的提高,可使越来越多的患者得到及时、准确的诊断和治疗。



医疗前沿

延安大学附属医院

老年游客突患重症 多科协作成功挽救

本报(通讯员 袁伟伟)近日,延大附院重症医学科利用ECMO技术成功挽救了一位来延旅游的老年重症患者。

重症医学科(ICU)作为危重患者集中救治的医疗单元,坚守着患者与家属对生命渴望的最后一道光,让无数个濒临死亡的患者在这里重生。

一位70多岁的患者突发急性梗阻性化脓性胆管炎、重症急性胰腺炎急诊入住延大附院治疗,且病情持续恶化,很快因脓毒性休克、急性呼吸衰竭转入重症医学科进行抢救,在ICU予以气管插管、呼吸机辅助呼吸、PICCO监测血流动力学、持续CRRT、大剂量血管活性药物维持血压等治疗后病情仍继续恶化,考虑继发脓毒症心肌病,暴发性心肌炎。

在这生死一线的危急时刻,重症医学科立即组织科内医师进行讨论,患者目前心脏泵功能衰竭靠药物难以纠正,持续低血压,组织低灌注,器官缺血、缺氧严重,随时会心跳骤停,唯有ECMO支持才能为患者争取一线希望;经与家属沟通同意后,ECMO团队迅速准备物品,立即为患者建立体外循环通道,启用VA-ECMO模式,经股静脉插管将血液从体内引到体外,经膜肺的气体交换使静脉血变为动脉血,再用泵经股动脉插管将氧合后的动脉血输入体内,暂时替代心、肺功能,使心肺得到充分休息,为其治愈及功能恢复争取了时间。

VA-ECMO的治疗暂时抢得了一线生机,患者呼吸、循环趋于稳定,但接下来的救治更为关键。患者严重感染导致的凝血功能紊乱、肾功能损伤、肝功能衰竭等均对抢救治疗提出了挑战。重症医学科立即启动院内MDT机制,为患者制定了详细而周密的诊疗计划。每个监护阶段,每个细节都至关重要,需要医护人员精湛的技术水平和高度的责任心,重症医学科的每班医生、护士轮流守护,尤其郑艳妮副主任医师、袁伟伟主治医师、何锋住院医师更是不分昼夜、夜以继日地守在患者床旁。在经重症监护、PICCO监测、ERCP取石、鼻胆管引流、营养支持、免疫支持、抗感染、呼吸机辅助、ECMO联合CRRT等治疗1周后患者终于转危为安,生命体征趋于平稳,在膜体血管外科张生军主任和娱乐副主任医师以及介入科王明全主任医师的协助下,成功撤离ECMO,并逐步撤离呼吸机,最终好转出院。

沙海旺主任说:“这么危重而凶险的疾病,这么得力而有效的救治,体现了我院ICU在危急重症救治中的水平与能力。患者来延旅游期间发病,在我院多学科协作下成功救治,也是我院危重症救治水平稳步提高和多学科协作更加紧密的一个缩影。”



健康人
博爱心

重阳节里的爱心义诊

本报(通讯员 李学东 张欣)重阳节这一天,延安市博爱医院“九九重阳节 服务百姓”的义诊活动在凤凰广场拉开帷幕,医护人员们身着洁白的制服,他们忙碌的身影在人群中穿梭,如同一道亮丽的风景线。他们面带微笑,用温暖的话语询问着每一位居民的身体状况,耐心测量血压、测血糖、听诊心率。每一个细微的动作都透露出他们对居民的深切关怀。

居民们排起了长队,他们有的手持病历本,有的则带着各种检查报告,神情专注地等待着医护人员的解答。当听到自己身体状况良好时,他们脸上露出了满意的笑容;而当得知需要进一步检查或治疗时,医护人员们则耐心地为他们预约了后续的就医服务,让居民们感受到了医者的仁心和温暖。

除了基本的医疗检查外,广场上还设立了健康讲座区。医护人员们围绕老年人的健康问题,深入浅出地讲解着如何预防疾病、保持健康的生活方式。居民们听得入神,不时点头赞同,似乎在这场讲座中找到了健康生活的金钥匙。

活动现场,还有一群志愿者忙碌的身影。他们或是为居民们指引方向,或是提供热水和休息区,用自己的行动诠释着“奉献、友爱、互助、进步”的志愿精神。他们的存在,让这场义诊活动更加温馨而充满力量。



康复一人幸福一家
延安新东康复医院

爱心义诊进社区 健康服务暖人心

本报(通讯员 古军涛)近日,延安新东康复医院组织综合内科、疼痛康复科、康复医学科治疗区、康复医学科一至四病区的医护团队,前往王家坪社区开展义诊活动。

活动现场,在社区工作人员的积极协助下,前来义诊的居民有序排队等候。医护团队以耐心、细致的态度接诊每一位前来咨询的居民,通过测血压、把脉、听诊等多种方式为居民检查身体,并给予诊疗建议。对于患有慢性病的患者,现场进行用药管理指导。

对各类腰、颈、肩等疼痛患者,进行现场针灸、按摩治疗。对行动不便的居民,还提供上门服务。此外,他们还通过发放宣传资料、建立微信群等方式,为居民开辟绿色就诊通道,提供线上健康咨询指导服务。

本次义诊活动在社区工作人员的配合下圆满完成,共服务居民137人,其中测血压98人,现场按摩19人,得到了居民的一致好评。延安新东康复医院将继续秉承“康复一人,幸福一家”的服务理念,积极开展各类公益活动,为广大居民的健康保驾护航。