

定期口腔检查 远离口腔疾病



资料图

2016年9月20日是第28个“全国爱牙日”，今年的宣传主题是“口腔健康，全身健康”。其宗旨是通过爱牙日活动，广泛动员社会力量，在群众中进行牙病预防牙齿知识的普及教育，增强口腔健康观念和自我口腔保健的意识，建立口腔保健行为，从而提高全民族的口腔健康水平。

什么是定期口腔检查

1.健康检查，即在没有口腔疾病或自己没有感觉到有病的情况下，进行的健康检查，而不是已明确自己有病，才去看病。
2.定期的时限标准随年龄而异，通常是：2~12岁儿童每半年检查一次；12岁以上者，则每年检查一次；孕妇可每隔2~3个月检查一次。

月检查一次。

定期口腔检查很有必要

口腔的营养和温度都是各种细菌生长的最好条件，这些细菌会导致蛀牙龋齿、口腔溃疡、牙周炎、牙龈炎等疾病的发生。因此我们需要及时对口腔进行健康检查，预防细菌的生长。

儿童口腔检查必要性。儿童是蛀牙龋齿发生率最高的年龄。很多儿童喜欢吃甜食，而且没有养成刷牙的习惯，一系列的口腔疾病就会产生。儿童需要及时行口腔健康检查，避免蛀牙龋齿的发生，建议大家做窝沟封闭手术，彻底预防蛀牙。

成年人口腔检查的必要性。成人通过日常口腔护理和定期口腔检查，可有效预防龋病，牙周病和口腔异味。推荐使用含氟牙膏，采用水平颤动拂刷牙刷牙，同时学会使用牙线清除牙邻面的菌斑。口腔癌的发生和吸烟、过度饮酒、嚼槟榔等习惯密切相关，应尽早戒除。同时，成年人

是全家口腔健康的关键负责人，不仅自身应当养成维护口腔健康的习惯，而且应当呵护孩子和老人的口腔健康。

孕妇口腔检查必要性。孕妇在怀孕期间有各种疾病发生的可能，很大程度上是精神因素引起的。怀孕期间由于雌激素的改变，牙周有作为性激素的靶细胞，容易患妊娠期牙龈炎。女性在计划怀孕时应主动接受口腔健康检查，及时发现并处理口腔隐患。孕妇的口腔健康不仅关系到孕妇自身的健康，还与胎儿的生长发育息息相关。

老年人口腔检查必要性。老年人随着年龄的增长，牙体硬组织、牙髓发生许多增龄性变化，如牙釉质及牙本质逐渐磨损、变薄、牙冠变短，严重者甚至磨损到接近牙颈部，使上、下牙之间的颌间距离减小；牙龈逐渐萎缩，牙槽骨生理性吸收，致使牙根外露，牙间隙变宽，牙齿松

动。老年人唾液功能减退，分泌量减少，流速减低，使口腔黏膜干燥、弹性减低，导致口腔自洁作用低下，从而易患口腔疾。及时修复缺失牙，以减轻余牙的咀嚼负担，恢复口腔的基本功能。注意日常膳食营养，做到均衡饮食，合理搭配。所以经常性的口腔检查对保持牙齿健康至关重要，通过定期检查就可以早发现、早诊断、早处理。

健康知识请关注
漯河健康教育
新浪微博和微信)

健康教育所



疾病预防

健康科普知识

主办：漯河市疾病预防控制中心
漯河市健康教育所

吃太少也会得脂肪肝

专家指出，肝内脂肪堆积的程度与体重成正比，肥胖人群发生脂肪肝的概率相对较高，但导致脂肪肝的原因很多，酒精、药物、糖尿病甚至吃得太少也会引起脂肪肝。

专家说，脂肪肝分为肥胖性脂肪肝、酒精性脂肪肝、快速减肥性脂肪肝、营养不良性脂肪肝等，前两种一看就知道和肥胖、酒精有关，后两种其实就是因为吃得太少。一些女孩子为了“魔鬼身材”不惜对自己下狠手，靠吃黄瓜喝水度日，像这样过度节食会对肝脏造成严重伤害。还有，非洲的贫困人口常年食不果腹，长期处于饥饿状态，整个人瘦骨嶙峋肚子却鼓得很大，这就是从脂肪肝发展为严重腹水的结果。

过度节食或者长期饥饿为什么会引起脂肪肝呢？专家说，原因主要有三：一是进食太少机体无法获得足够的葡萄糖和燃烧各种脂肪时所需的氧化酶类，这时候机体不得不调动贮存在身体其他部位的脂肪、蛋白质来转化为葡萄糖，而这些脂肪、蛋白质是要通过肝脏来转化的，这就让大量脂肪趁机进入了肝脏；二是脂代谢所需的脂蛋白的合成离不开胆碱、蛋白质和必需脂肪酸，摄食过少营养不良就不能合成脂蛋白，会影响肝脏的脂代谢，从而导致脂肪大量沉积在肝脏，形成脂肪肝；三是摄食过少会造成糖、脂肪、蛋白质、矿物质和纤维素的摄入不足，机体就会产生代偿，使得糖、蛋白质等都转化为脂肪，堆积到肝脏。钱钰玲

图说新闻



9月20日，是全国第28个爱牙日，漯河医专二附院口腔科医务人员在黄河广场开展以“维护口腔健康，增进全身健康”为主题的宣传义诊活动。

李勇军 摄

漯河市医学重点专科

漯河医专二附院普通外科

漯河医专二附院普通外科是全市最早的普外专科之一，是我市医学重点专科。该科先后开展了胰十二指肠切除术、肝叶切除术、高位胆管癌根治术、甲状腺癌联合根治术、保留肋间神经的乳腺癌改良根治术、胃癌根治术、腹腔镜肝胆及结、直肠癌切除术等。科室主任尚亚民现为河南省医学会胃肠外科委员会委员、河南省预防医学会乳腺保健与疾病防治专业委员会委员、漯河市医学会普外及微创外科分会副主任委员，并且兼任漯河医专二附院外科教研室主任。

该科医疗设备齐全，整体

实力强大，共有床位35张，现有主任医师2名、副主任医师3名、主治医师1名、住院医师2名，其中硕士研究生2名，在职硕士研究生1名，护理人员共计15名。医疗设备包括腹腔镜、术中B超、胆道镜、超声刀、氩气刀、乳腺旋切系统、微波消融治疗仪等，近期医院还将配备超高清腹腔镜一台。

随着医疗技术不断进步，近年来微创治疗技术越来越受广大患者青睐。为让更多患者享受到微创给健康带来的福音，尚亚民带领团队积极开展腹腔镜下的一系列肝胆、胃肠手术，实现了微创诊断、治疗一体化，为广大患者减轻了痛苦。2014年底，该科引进了

“麦默通真空辅助乳腺微旋切系统”，该设备是目前最先进的乳房包块微创治疗及活检系统，它能在超声立体定位引导下，通过细小的穿刺针孔实施乳腺肿块的完整切除。手术具有创口小、痛苦轻、并发症少、恢复快等优点，尤其适用于无法用手触及的乳腺小结节。

为充分发挥出该系统治疗优势，更好地为人民群众造福，尚亚民带领普外科团队从手术观摩、模拟训练等细节入手，反复推敲，优化每个手术操作步骤，短期内熟练开展并掌握了该项新技术。由于新技术的诸多优势，吸引了许多患者慕名而来，该科曾一天成功

为14名患者实施了乳腺旋切手术。另外，科室还引进并开展了甲状腺肿瘤的微波消融技术，这一微创技术的开展，使甲状腺肿瘤患者免受开刀之苦。

据了解，该科将进一步努力提升科技创新能力，集中力量在科研、教学方面取得突破，每年组织召开学科建设与技术创新研讨会，不断加强学

科内涵建设，提高科技水平和科研能力，瞄准省内外普外科发展最前沿，确定“人无我有，人有我特，特中求优”以及“重点突破，分层递进”的学科建设思路，改变以往“大而全”的方式，力求使每个专业方向都有所突破，使该院普外科的发展再次步入快车道。

漯河市卫计委医政科提供



漯河市医学特色专科

市中心医院心胸外科

漯河市中心医院心胸外科是我市唯一一家能够开展各种高难度心脏外科、普胸外科手术的重点专科。目前科室医生总共6名，护士12名，其中主任医师3名，副主任医师2名，硕士研究生2名，博士生1名，床位40张。科室拥有大批具有国际先进水平的诊疗设备，如德国产STOCKERT-3型体外循环机、Datascop-98型主动脉内球囊反搏机、胸腔镜、300A呼吸机等。

领先的技术设备、雄厚的技术实力、热情的服务态度使该院心胸外科受到了我市乃至周边地市众多患者的好评。几年来，该科普胸外科开展了各

种食管疾病手术、肺脏手术、纵隔肿瘤切除术、胸壁畸形矫治术、现代胸腔镜微创手术；心脏外科开展了动脉导管未闭结扎术、房间隔缺损修补术、室间隔缺损修补术、心内膜垫缺损修补术、法洛四联症根治术、二尖瓣狭窄闭式扩张术、二尖瓣置换术、主动脉瓣置换术、冠状动脉搭桥术、肺动脉栓塞取栓术、肺静脉异位结扎术等。其中普胸手术包括食管疾病、肺部疾病、纵隔疾病、胸壁畸形等诊断及治疗。风湿性心脏病瓣膜手术包括二尖瓣狭窄闭式扩张术、二

尖瓣置换术、二尖瓣成形术、三尖瓣置换术、三尖瓣成形术、主动脉瓣置换术、联合瓣膜置换术以及瓣膜置换加冠状动脉搭桥术。平均每年开展普胸手术350例，心脏手术120多例。技术水平在全省地市级医院处于领先地位。

科室实行责任制护理、人性化服务，真正做到全心全意为患者服务。科室医护人员精诚团结，刻苦钻研，自2000年以来发表论文80余篇，市级科研成果十余项。

科室主任汤跃卿曾在湖南医科大学、北京安贞医院、美国华盛顿大学医疗中心学习。能够熟练掌握先天性心脏病、

心脏瓣膜病、冠心病、肺动脉栓塞、食管疾病、肺部疾病、纵隔疾病、胸壁畸形手术治疗以及胸腔镜微创手术。2004年，享受漯河市政府津贴；2006年被评为河南省优秀党员；2009汤跃卿荣获河南省劳动模范称号。

近年来，市中心医院心胸

外科又在我市率先引进并开展了小切口心脏手术、小切口普胸手术、胸腔镜下肺部疾病手术及食管疾病手术治疗、心脏不停跳冠状动脉搭桥手术、肺动脉栓塞的手术治疗的等多种复杂类型手术，为心胸疾病患者带来了福音。

漯河市卫计委医政科提供



医专二附院健康教育专栏

牙齿健康从小抓起

牙齿支撑着基本的说话、微笑、交际和饮食等功能，还帮助形成个体的面部形状和结构。健康的乳牙和恒牙对一生的健康和幸福非常重要。

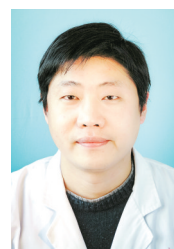
2005年第三次全国口腔健康流行病学调查结果显示，我国5岁儿童乳牙患龋率66.0%，龋均3.5，未治率97.1%。由喝夜奶和含奶瓶睡觉以及不刷牙等不良喂养习惯和口腔卫生习惯的作用，使得乳牙在萌出后不久即可患龋，龋齿进展快，龋齿多发，范围广泛，是危害儿童健康的常见疾病之一，乳牙龋坏会导致孩子的咀嚼功能下降，加重他们的肠胃负担，进而影响他们的生长发育。如果乳牙龋坏严重还会引发牙髓炎、根尖周炎，甚至骨髓炎，还会影响发育中的恒牙牙胚，导致恒牙萌出后形态畸形或过早龋坏。如果乳牙因为龋坏而过早脱落，会影响以后恒牙的萌出，造成恒牙排列不齐，面部畸形等。由此可见，乳牙龋坏，不可轻视。

妊娠期是妇女一生中的重要阶段，也是维护口腔健康的重要时期。妊娠期的妇女生活规律改变，进食的次数增多，爱吃零食又偏爱酸甜食且常忽略口腔卫生保健。此外，孕妇由于内分泌的改变，若不注意口腔卫生容易患妊娠期牙龈炎。另一方面，研究表明孕妇的口腔感染是早产和婴儿低出生体重的危险因素。所以孕妇的口腔保健显得尤为重要。

作为老年人的常见疾病，口腔疾病会对老年人的全身健康造成非常大的影响。但相对于其他老年人常见的心血管疾病、糖尿病、高血压、痴呆等，老年人的口腔问题并没有引起足够的重视，但是口腔中的感染和炎症因

子可导致或加剧心脑血管病、糖尿病等慢性病，危害全身健康，影响生命质量。此外，老年人颌面部骨骼、咀嚼肌、表情肌、软组织等组织器官也会发生一系列退行性变化，龋病和牙周病会破坏牙齿硬组织和牙齿周围支持组织，加上因口腔疾病导致的牙齿缺失，不仅会严重影响口腔咀嚼功能、外观形象等，还会造成社交交往困难和心理障碍。因此，拥有较为完整的牙列，至少保持20颗有功能的牙齿，是幸福晚年

的重要保证。
总之，口腔健康与全身健康是一个密不可分整体，口腔健康是全身健康的前提，离开了口腔健康就不会有健康的身体，维护口腔健康是防控全身性疾病的重要手段，防治全身性疾病有利于促进口腔健康。



专家链接

宋永青，漯河医专二附院口腔副主任医师，本科学历，先后发表专业论文9篇，获市级科技成果一

等奖1项，擅长口腔颌面部复杂骨折整复治疗、种植牙、涎腺肿瘤外科治疗、口腔颌面部肿瘤综合治疗，对青少年牙列不齐正畸治疗、牙体牙髓病治疗有丰富经验。



漯河市精神病医院

孩子为何爱发脾气

市民王女士：我的孩子在幼儿园表现很好，但到家里就用脏话骂爸爸，用难听的话称呼奶奶，走路也不规矩，家长给他讲道理，也尝试惩罚他，都未奏效，到底该怎么办？

漯河市精神病医院心理咨询师常耀军：不少家长往往因为工作，到家里没时间陪孩子，此时孩子是孤独的，他只能通过不断发脾气来引起家人的注意。可尝试以下方法：

1.多给孩子一点关心。每天要尽可能留出与孩子相处的时间，同时在任何时候都不要忽略孩子的感情。如可以让孩子讲一些在幼儿园发生的有趣事情，随时与其互动。

2.预先消除可能发生的不快。一旦看到孩子有发脾气的信号，要设法安抚他，可以

说：“你看上去不开心，告诉妈妈为什么？”

3.表现好有奖励，惩罚要适当。对孩子好的行为进行表扬，比对他做错事就惩罚更有效。家长可以做记录，如果孩子两天内未讲一句脏话，给1颗星，累积5颗星可以有一样玩具，8颗星可以出去郊游。如果孩子行为出格了，可没收他的玩具，取消晚上娱乐活动等。

常耀军



治疗冠心病 放支架还是搭桥？

随着冠心病成为常见病，支架、搭桥等名词也被大众所熟知。放支架即经皮冠状动脉支架植入术，就是将支架植入冠状动脉腔内，解除冠脉内管腔狭窄，解决远端心肌缺血，是一种治疗冠心病的微创手术，也是一种较安全有效的术式。

搭桥即冠状动脉旁路移植术，是从人体其他部位取血管自主动脉，跨过冠状动脉病变处，和远端血管吻合连接，达到给病变远端心肌供血的目的。搭桥手术需体外循环、麻醉等多个学科共同协作完成。

支架和搭桥，究竟该如何选择？总的来说，由于支架术围手术期死亡率低于搭桥，创伤小，应首选。但支架术最大的“敌人”是复杂和弥漫病变。例如，慢性完全闭塞病变、极度扭曲病变等。又如，冠状动脉多支病变且病变段较弥漫，需植入多枚支架。抛开费用问题，植入过多数量的支架，出现不良事件的风险也会相应增加。而对于复杂和弥漫病变，搭桥所受影响小得多，这是由两种术式的特点决定的。支架是在血管病变处做文章，病变本身的复杂、弥漫程度，会影

响支架术的手术难度以及长期效果。而对于搭桥而言，无论中间的病变多么复杂和弥漫，“桥”血管可以直接绕过这些难题，直接到达远端给心肌供血，规避了复杂及弥漫病变本身的风险。

有种说法认为，一名患者如果预计放三个以上支架就得搭桥。这种说法是错误的。在搭桥和支架之间做选择，远没有简单到用支架的个数来做决定。高龄患者、有慢性肺疾病等合并症的患者，搭桥的风险较支架术增加。换言之，病人承受搭桥这种开胸大手术的风险太高，即使病变较复杂和弥漫，但综合权衡之下，支架术可能是更合理的选择。而对于有些三四十岁的年轻患者，没有合并症，搭桥风险可承受，但需考虑的是，如果“桥”十几年后闭塞该怎么办？我国现阶段几乎不能进行二次搭桥，一旦“桥”血管出现问题，几乎只能寄希望于支架术，难度可想而知。因此，对于一些年轻患者，支架术应优先考虑。

总之，支架和搭桥如何选择应个体化，综合考虑各方面因素。但一旦确诊冠心病，药物治疗是必须坚持的。陈方