



爱牙 爱健康 爱孩子

牙齿是人体最重要的器官之一，洁白整齐的牙齿关系到我们一生的健康和美丽。但在我国，龋病、牙周疾病是损害人们健康的常见病、多发病，更是危害儿童青少年健康和生长发育最常见的口腔疾病。

口腔健康的常见病、多发病，更是危害儿童青少年健康和生长发育最常见的口腔疾病。2018年9月20日，是第29个全国爱牙日，牙齿替我们尝尽人生百味，也将陪伴我们一生，从小呵护牙齿，我们的人生会更加完美。

儿童蛀牙危害多

涂氟和窝沟封闭可预防蛀牙

■记者程雪

俗话说，牙疼不是病，疼起来要人命。孩子一牙疼起来，没有胃口不说，严重情况下还会哭闹不止，父母们看在眼里，疼在心里。

蛀牙影响孩子形象和生长发育

其实，蛀牙的危害远不止于疼痛。杭州口腔医院(城西分院)儿童齿科副主任胡加凤表示，蛀牙不仅影响到孩子的形象、进食，甚至对儿童的心理也会产生一定的影响。

乳牙龋坏严重会造成孩子咀嚼功能降低，营养摄入不均衡，进而影响孩子颌面部和全身的生长发育。“前段时间，我碰到过好几个有严重蛀牙的孩子，都很挑食，整个人看起来都瘦瘦小小的。”胡加凤说。

“乳牙龋坏也可能导致恒牙生长顺序不好。”胡加凤解释，因为产生蛀牙的乳牙会破坏骨头，就很容易导致恒牙脆弱、容易受伤、牙根短，以及恒牙提前长出等问题。

蛀牙会影响美观，很可能对孩子的心理造成一定的影响，胡加凤补充道，“比如孩子因为有蛀牙就不爱笑、不爱说话，甚至还会产生自卑心理。”

此外，蛀牙在某些情况下也可能导致牙源性病灶感染，具体症状表现为低热、风湿性关节炎、蝶窦膜炎、肾炎等。

胡加凤分析，产生蛀牙的原因大致分为三点，首当其冲就是不良的饮食习惯，比如很多孩子偏爱甜食就很容易导致蛀牙；“牙齿本身的质量也会影响蛀牙的形成产生一定影响。”胡加凤表示，牙齿的形态、结构和位置与蛀牙发病有明显的关系。乳牙和年轻恒牙的结构和钙化程度都还不够成熟，因此容易受到龋因素

的影响，患龋率高；没有早晚刷牙或饭后漱口、刷牙方法不正确等因素会影响口腔卫生，也容易产生蛀牙。

涂氟和窝沟封闭都是预防妙招

儿童产生蛀牙会有如此多的危害，那么预防工作就显得尤为重要。胡加凤表示，“儿童牙齿涂氟是目前国际上一致认可有效的防龋方法，它在国外早就开展了多年，已成为一种常规的儿童牙齿保健方法。”

儿童牙齿涂氟，就是用带有果味的氟化物涂到牙齿表面，让牙齿表面形成面膜一样的保护层。整个过程只需几分钟，安全无痛，特别是对刚长出的牙效果更佳。

“它是一种化学防护方式，原理是增强牙齿表面硬度。对儿童新萌出的牙齿加强钙化，使它们变得坚固。”胡加凤说，氟可以直接抑制口腔中细菌生长，防龋涂氟如同给牙齿穿上一层保护衣，可以有效预防龋坏；如果孩子的乳牙发生早期龋齿，涂氟后可有再钙化的作用；现在有很多小孩的牙齿对冷、热、酸等味道的食物过敏，牙齿经过涂氟后，可防止牙本质过敏。涂氟适用于所有年龄段的孩子，孩子乳牙一长出来就可以涂氟，每隔3~6个月可以进行一次。

此外，窝沟封闭是预防蛀牙的物理方式，用一种高分子复合树脂材料，涂在儿童牙齿窝沟内，液态的树脂在进入窝沟后固化变硬，形成一层保护性的屏障，使牙齿免受食物和细菌的侵蚀，从而增强牙齿抗龋能力。一般是在儿童大牙完全萌出的4年内进行。

专家建议，牙齿涂氟和窝沟封闭两种预防手段互不干扰，可以同时进行，为孩子牙齿做多重保护。

婴幼儿乳牙不齐得治

3岁半到4岁的儿童就可进行矫正

■记者程雪

在刚刚过去的暑假里，7岁的小女孩丽丽(化名)被妈妈带到了杭州口腔医院(城西分院)儿童齿科胡加凤副主任处就诊。小女孩看起来上面部凹陷、下巴相对较长，张嘴后，下前牙包住上前牙的前面，是典型的前牙反颌，俗称“地包天”。

胡加凤解释，“地包天”是一种下颌发育比较前突的畸形形状牙齿，一般正常的情况下，当上下牙齿咬合时，应该是上前牙咬在下前牙的外面，若相反的话即下前牙咬在上前牙的外面，下颌前突，医学上称为前牙反颌。

据了解，在导致儿童牙齿不齐的原因中，大约有30%的因素是源自于遗传。儿童乳牙早失，上恒牙后移，以及口呼吸、咬手指、伸下巴等不良习惯都有可能出现“地包天”。

既然乳牙不齐影响这么大，那么什么时候给孩子治疗最合适？胡加凤建议，只要孩子能够配合，治疗时间越早越好，一般情况下3岁半到4岁都可以。

早期治疗相对容易，通过相应的矫治器即可。

否则，到了中期就可能需要通过箍牙进行固定矫正；待

以及奶嘴使用时间过长。

很多家长认为，“乳牙不齐没关系，反正以后也会换恒牙。”其实这种想法是错误的。“乳牙不齐会影响恒牙的牙根、牙槽的骨头，从而影响恒牙的生长发育。”胡加凤解释，一方面，乳牙不齐可能影响恒牙的生长位置不好，恒牙长出后会乱七八糟；另一方面，乳牙不齐会导致恒牙的质量不好，比如新长出的恒牙有洞、有黄点等，也容易产生“特纳牙”，即恒牙的釉质发育不全。

胡加凤告诉记者，乳牙不齐会导致孩子的咀嚼能力下降，没有咀嚼这一动作的刺激，就不能促进牙根骨头的发育，不仅会影响孩子容貌，还会影响孩子的饮食和营养的吸收。

既然乳牙不齐影响这么大，那么什么时候给孩子治疗最合适？胡加凤建议，只要孩子能够配合，治疗时间越早越好，一般情况下3岁半到4岁都可以。

早期治疗相对容易，通过相应的矫治器即可。

否则，到了中期就可能需要通过箍牙进行固定矫正；待

到成年后再医治，恐怕要进行手术才能矫正。

“由于很多乳牙不齐是孩子咬舌、伸下巴等习惯造成的，家长应配合医生，及时纠正孩子的这些行为。”胡加凤说。

此外，很多孩子在乳牙和恒牙的替换时期出现了“双排牙”，乳牙还没掉，恒牙已长出，治疗方法一般是拔掉乳牙。

轻微的“地包天”，可以尝试咬较为坚硬的食物的方法，让牙齿得到应有的锻炼；对于比较严重的“地包天”问题，在孩子可以配合的情况下，医生会让孩子咬牙模、制作活动矫治器。如果情况再严重一些，那就需要配合使用头帽和颈兜(头帽戴在头上，颈兜兜住下巴，中间用绷带连接)，抑制下巴向前。如果真的到了要对“地包天”做治疗的时候，爸妈们一定要有耐心，要做好治疗后可能随着生长发育复发的心理准备。

总的来说“地包天”是治疗越早花费越少，痛苦也越少，如果能早一步通过治疗痊愈，那就是最好的事了。

孩子出现“双排牙”

多半是饮食太精细

■记者程雪

乳牙自然脱落，恒牙随后逐渐萌出，这是小朋友长到六七岁时必然要经历的一个换牙过程。可是，越来越多的小朋友在乳牙和恒牙的替换时期出现“程序错乱”，还没等乳牙“下岗”，恒牙就迫不及待地上岗了。

治疗方法一般是拔掉乳牙，让牙医通过“暴力”的方式强制要求乳牙“下岗”，否则，“双排牙”严重影响牙齿的美观与健康。

据了解，之所以会有越来越多的小朋友出现“双排牙”，其实

容易出现“双排牙”。

专家建议，家长可以准备些原生态的食物，让孩子锻炼牙齿与颌骨。在孩子10岁前，如果牙齿间没有足够的缝隙，可以适当增加牛肉干、豆子等坚硬的食物让孩子多用大牙嚼，促进颌骨发育；如果孩子已经出现“双排牙”且乳牙有些松动，可以多吃玉米和苹果，注意是用门牙咬，也对恒牙的整齐美观有帮助。家长要及时关注正处于换牙期的孩子，如果发现孩子出现恒牙萌出、乳牙滞留的“双排牙”现象，应及时到医院就诊。

健康资讯

健康常识

全国首家国际神经修复学会血运重建技术培训中心在诸暨成立

本报讯 记者王艳 通讯员寿小波报道 9月13日，全国首家国际神经修复学会血运重建技术培训中心在诸暨市人民医院成立。

据介绍，国际神经修复学会(IANR)由致力于神经修复研究治疗的多国科学家和临床医生自愿组成，是当今神经修复学领域重要国际专业学术组织。学会通过组织各项活动，推动神经修复学发展和提高其学术水平，探讨更多、更新有效治疗干预策略，为人类医学科学发展作出贡

献，最终让广大神经疾病患者受益。

脑血运重建神经修复技术为一项显微外科技术，目前已广泛应用于脑血栓或脑栓塞、颈动脉狭窄或粥样斑块形成、烟雾病、卒中后遗症、血管性痴呆等疾病的治疗。国际神经修复学会血运重建技术培训中心成立后，学会给予中心技术、课题各方面的支持，根据中心要求，派专家前来门诊、手术、查房、讲座等，进行医疗技术和科研等业务指导。

中医拨针治疗疼痛



在浙江省中医院推拿科，一枚细细的长针，经中医生拨动腰部几下后，患者疼痛症状竟然明显好转。

该院推拿科叶树良主任中医师介绍，现代人患颈肩腰腿疾病日渐增多，患病后，往往出现肌筋膜炎、肌张力高等症状。拨针针刺疗法类似于小针刀表皮松解术，但又

不刺穿皮下组织，可松解肌筋膜等软组织的痉挛、粘连，可治疗肩周炎、腰背痛、脊椎等常见疾病，解除患者病痛。

图为上周，美国巴斯替尔大学中医传统医学10名学员第一次组团来省中医院临床跟师学习拨针治疗疼痛。

记者王艳 通讯员于伟 摄影报道

一根鱼刺破费二三十万

喝醋，吞饭 鱼刺卡喉 千万别再用土方

■记者羊荣江 通讯员傅妍妍

很多人觉得被鱼刺卡到是一件小事，其实不然。磐安县的李阿姨因为一根鱼刺吃尽苦头不说，还花费了二三十万元医疗费。

半年前，李阿姨一家人在饭店聚餐时，不小心被鱼刺卡住。当时一旁的服务员立马给李阿姨倒了一杯醋，喝完醋后的李阿姨症状并没有好转，之后又忍痛咽下了一块馒头。吃了馒头后的李阿姨感觉好了很多，聚餐结束后买了点消炎药服下，本以为事情就这样结束了，然而……

食道穿孔因鱼刺卡喉

事发后的第二个月，李阿姨因发热、喉咙、后胸骨疼痛，深呼吸或咳嗽时疼痛加重来磐安县人民医院就诊。

李阿姨告诉医生自己是个糖尿病患者(因此伤口很难愈合)，2个月前被鱼刺卡过后喉咙没有正规处理过，这之后便断断续续感觉喉咙不舒服。

医生马上给李阿姨安排了CT检查，检查结果是：食道中上段扩张，后上纵隔多个小液平，后纵膈脓疡；两肺感染性病变；两侧胸腔少量积液。食道穿孔、纵膈脓肿可不是小问题，它会腐蚀血管、破入胸腔，最后感染休克，处理不及时将会危及生命。

考虑诸多因素后李阿姨转到上级医院进行开胸手术治疗，术后ICU治疗3天又转入普通病房待了一个月。

不久前，李阿姨回到磐安县人民医院，身上多了两根管子，一根是鼻饲管(用来输送营养，因为患者从嘴巴吃进去的食物，一旦经过食道穿孔处，就会引起外漏导致更严重的脓肿)，另一根是纵膈引流管(引流纵膈里面的脓液)。

这段时间，李阿姨身体所有的营养都靠她的鼻饲管维持着。短短半年时间，李阿姨已经花了二三十万的医疗费，身体和心理上更是承受了巨大的痛苦。

鱼刺卡喉切勿掉以轻心

鱼刺最喜欢卡在什么地方？俗话说“如鲠在喉”，大多数情况下，鱼刺都是先卡住喉的，鱼刺卡喉的第一关在舌根和会厌交界处的“舌会厌谷”；第二关是扁桃体隐窝；第三关比较深，在咽喉部两侧的“梨状隐窝”。

被卡在“舌会厌谷”和“扁桃体隐窝”部位的鱼刺，一般可以用肉眼看到和取出，而卡在“梨状隐窝”以下部位的鱼刺则要用喉镜、食管镜或食管钡餐透视检查才能找到。

首先，可用清水漱口清理口腔，一些细小的鱼刺有可能就会

随着水流排出，其次，可在家人帮助下检查口腔，用小镊子取出部位不深的小鱼刺，如果自己看不到鱼刺，并且吞了流食后痛感加重、异物感更明显，应立即到医院看急诊。

如鲠在喉别再用土方

慌乱中的一些错误处理方法非但不能解除痛苦，还会使人迅速产生急躁和恐惧等不良情绪。譬如大量吞咽固体食物，结果不如鱼刺没被带走，反而会由于吞咽动作带动鱼刺越扎越深，给治疗带来更大的难度。

有些土方如喝醋等也没有效果，试想一下，你把鱼刺放在碗里，倒些醋，放几天，看它会不会被软化？所以从咽部一咽而过的食醋怎么可能将鱼刺软化掉呢？

被鱼刺卡住，有些人还会想用手抠喉咙，迫使鱼刺被抠出来，殊不知这样做往往会引起反作用，人体在食管与胃相连接处的贲门比较薄弱，反复呕吐，不但不会呕出鱼刺，反而会造成贲门撕裂，导致大出血。

吞饭、喝醋、催吐等民间一些土办法，比鱼刺本身更要命，往往会造成食管撕裂，从而造成食管穿孔等严重后果，病人可能需要开胸手术，到时候花费可能是巨额的，实在是得不偿失。

■记者程雪 通讯员张弛

25岁的小胡(化名)是一家大公司的职员，平时应酬比较多。前段时间，小胡喝了很多啤酒，回家后感到乏力，胃口差，进食量明显减少，还伴有恶心。于是，他吃了一点帮助消化的药。几天后，小胡的症状越来越厉害，随后被送到杭州红十字会医院急诊科。当时检测指尖血糖测不出，显示 Hb 值。随后小胡出现了昏迷症状并被送到重症监护室进行抢救。生化检查结果显示：其血糖竟高达 120mmol/L ，足足比正常人高出十几倍。这么高的血糖状态引起血渗透压突然升高，直接导致小胡出现神志昏迷。

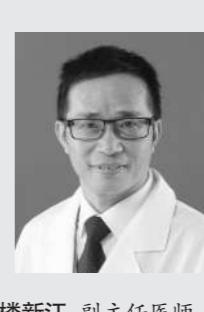
随后的检查结果发现小胡的淀粉酶、脂肪酶明显升高而且血甘油三酯也非常高，抽出来的血呈淡黄色，全都是油。糖化血红蛋白也高于常人，达到 14.8% ，这也证明小胡的血糖已经高了一段时间了。结合胰腺CT检查，小胡被诊断为高脂性胰腺炎、2型糖尿病高渗状态。牟主任提醒，对于伴有高脂血症的患者，要严格控制体重、控制饮食，戒烟戒酒的同时还要限制脂肪的摄入，同时，加强运动。对于山楂、芹菜、萝卜等具有降脂效果的水果和蔬菜可适当增加，也可以适量喝些绿茶、咖啡。必要时在医生的指导下服用降脂药物。此外，要定期到医院进行体检，检查肝肾功能、血脂、血糖，如发现异常要及时就诊治疗。

杭州红十字会医院内分泌

专家问诊

一觉醒来脖子痛，以为是落枕

没想到是颈动脉夹层



楼新江 副主任医师，浙江中医药大学附属第二医院血管外科副主任(主持工作)，兼任

浙江省医学会血管外科分会常务委员、浙江省中西医结合学会周围血管病分会常务委员、中国医师协会血管外科学会委员、中国医师协会糖尿病足学会委员、中国微循环学会静脉曲张分会委员。专业从事血管外科临床工作25年，对周围血管疾病的诊治有丰富的临床经验，尤其擅长于下肢静脉曲张和下肢动脉缺血性疾病的手术和介入治疗。

肿瘤样改变。颈动脉夹层所致卒中占所有卒中的2%，在45岁以下的人群中颈动脉夹层所致卒中约占8%-25%。

同时，刘女士还进行了扩血管、增加颅内灌流、镇痛、控制血压等治疗，待病情稳定一至两周后，进行无名动脉的介入治疗。

感冒都很少得却突发颈动脉夹层，血压控制不佳或是诱因

之后，刘女士脖子的疼痛慢慢缓解了。可是面对这突如其来的打击，刘女士既惊恐又担忧，她自己也很纳闷：“我平时身体一直不错，血糖、血脂也不高，并且也不胖，连感冒都很少得，一年里可能也就得一两次，怎么一下子就突然得了这么凶险的病？”

经过详细的询问，医生了解到，原来，21年前刘女士怀了宝宝，在产检的时候发现有高血压。“当时吃了两个月降压药，感觉血压恢复正常，身体也没有什么症状。从那之后，就再没有继续吃药、复查了。”刘女士说。

楼新江医生分析，自发性的动脉夹层常见的病因包括高血压、动脉粥样硬化、糖尿病、大动脉炎、主动脉溃疡等。刘女士的发病可能还是跟她的高血压和疲劳有关。刘女士可能一直患有高血压，但是由于多年来没有做过相关检查，她自己也不知道。加上最近换了工作，压力增加之后，身体也比较疲劳。

楼新江医生提醒，高血压患者一定要做好血压的自我监测，平时尽量不要抽烟、饮食要清淡、生活要有规律、要有适当的运动，并且定期来医院检查，避免引发高血压带来的并发症，尤其是引发动脉夹层，这是非常危险的。