

牙周病掉光牙 四大人群是“高危”

上海港华医院口腔科忻勤芳主任谈正确认识牙周病 ◆ 叶雪菲

很多人认为,牙齿松动、脱落是老年人的“专利”,属于正常现象,也就是俗话说的“老掉牙”。上海港华医院口腔科忻勤芳主任指出,牙齿并非“老”掉的,而是被牙周病“吃”掉的。近年来,除了中老年人,越来越多的年轻人也进入了“无齿”的行列,由于对牙周病掉以轻心,对牙周病的危害程度认识不足,最终导致年纪轻轻就“老掉牙”!

■ 哪些人是“高危人群”

忻主任介绍,通常有四类人是易患牙周病的“高危人群”。一是中老年人,原因是随着人体的老化,脑垂体某些生长激素分泌减少或停止,会造成牙龈的营养不良,发生牙龈萎缩生理退化现象。二是压力大、易焦虑的人

群。人们在受到较大压力的时候,会释放出一种皮质醇激素,增加牙龈和腭骨受到细菌毒素破坏的速度,引起牙周疾病,或加重病情。三是唾液偏碱性的人。这类人群因碱性唾液中含钙离子较多,很容易钙化形成牙结石。而牙结石就是造成牙周病的主因之一。四是个性急躁的人。性急的人刷牙时又快又太用力,长此以往容易造成牙肉受力部分发生萎缩病变,从而引发牙周病。

■ 掉以轻心满口掉牙

忻主任提醒,生活中一旦出现4种“征兆”就应引起高度重视。首先是刷牙或咬硬物时牙龈出血。第二是有持续性的口臭。第三是牙齿有松动、位置改变或咀嚼无力。第四是感

觉牙缝越来越大。很多人对这些“征兆”掉以轻心,要么盲目轻信漱口水和药物牙膏。其实漱口水和牙膏无法在口腔内停留足够长的时间,根本不能接触深藏在牙龈下的菌斑。要么牙齿松动就一拔了之,盲目拔牙会让其他牙齿也开始松动,且松动的速度越来越快,伤害的不是一颗牙齿,而是满口牙齿。因此,一旦出现牙周病征兆就应及时就医,否则不仅会“满口掉牙”,还会让牙周病细菌进入血液,形成血栓,阻塞血管,导致心脏病和中风。

■ 迷信牙膏、漱口水不靠谱

最后忻主任指出,在大卖场的洗漱用品货架上,各种牙膏、漱口水琳琅满目,产品包装盒上都标注着“防牙斑、防牙结石、防牙龈

【专家简介】

忻勤芳 中华口腔医学会会员、第四军医大学口腔修复系讲师,从事临床二十余年,擅长各类美容牙的临床修复、牙周病防治、种植牙和高难度局部及全口义齿的修复治疗。



炎、抗菌、止血清火、消炎、抗过敏、除口臭”等“功效”,还含有各种各样的药物成分。其实,所谓的药物牙膏,其所含的化学抑菌、杀菌剂或中草药数量很少,而且牙膏泡沫很快被吐出,有限的药物成分难以长期保留在口腔里,因此很难起到治疗作用。所以,要治疗牙周病,应该去医院找口腔科医生解决,而不能依赖药物牙膏和漱口水,即使需要使用药用漱口水也最好遵医嘱。

全市征集50名静脉曲张患者

教师节来临之际新民健康特邀韩国血管外科专家 9月4、5日与您面对面宣教 ◆ 吴瑞莲

近年来,下肢静脉曲张的发病率逐渐升高。“相比韩国,中国静脉曲张的患者就诊率低,但就诊患者的病情严重程度更高。”韩国著名血管外科专家崔现喆教授对此现状感到很遗憾。“由于人们对下肢静脉曲张的认知度、危险因素及其危害性了解不足,往往到了疾病后期出现并发症才就诊,导致病情贻误;还有很多中国患者选择接受一些没有科学依据或不专业的治疗,病情虽然在短期内得到抑制,但因为不是除根治疗,不久就再次复发,复发会使血管造成黏连,增加后续治疗的难度。”

很多人认为静脉曲张不严重、不致命,可以不用治疗。崔现喆对此指出,这是个误区。虽然静脉曲张本身不是一种致命疾病,但静脉曲张发展到后期会有并发症,严重的会危及生命。下肢静脉曲张在早期确实不痛不痒,

但是随着病程的进展,后期会出现小腿皮肤变黑,甚至溃烂,破裂出血。据了解,曾有夜间睡眠时出血过多导致死亡的病例发生,还有少数情况下会形成血栓并蔓延,则有可能导致肺栓塞,危及生命。

如何尽早发现静脉曲张?崔现喆教授介绍,下肢沉重、酸胀、麻木是静脉曲张早期最明显的症状。他表示,提倡早期治疗是为了避免并发症的发生,提高患者生活质量。后期症状尤其是皮肤变色,晚期治疗的话,皮肤很难恢复到自然的肤色。近年来,下肢静脉曲张的发病率逐年升高,但却因症状不够明显、对该病不够重视等原因,患者的及时就诊率、规范就诊率不及半数。

崔现喆提醒,如果感到下肢沉重、容易疲劳、痒、抽筋、浮肿、胀痛等症状,且下午比上

午更明显,长时间站立后和夜间更严重,即便没有明显突起的血管,出现上述症状都应该去医院接受早期检查。

如何界定自己是否患上了静脉曲张?崔现喆教授解释说,大隐静脉和小隐静脉血液倒流时间超过0.5秒,就可确诊为静脉曲张。此外,如果肉眼可以看到3毫米以上的血管凸出时,也可基本判断为静脉曲张。由于静脉曲张不是血管堵塞引起的,而是由于血管扩张引起的,所以气温较高的时期,会有病情加重的感觉,但同时也是治疗的好时期。

—— 讲座信息 ——

新民健康特邀请韩国著名血管外科专家崔现喆教授来沪作静脉曲张专题讲座。

【特邀专家简介】

崔现喆 教授
现为韩国金昌洙静脉曲张连锁“洙·胸部外科医院”马山分院院长。
国立庆尚大学胸外科教授、Zimmet vein clinic激光研修、大韩胸部外科学会会员、大韩胸部外科学会学术理事。



凡成功报名者还有机会获得免费交流名额,共50个。有需要的读者可拨打新民健康热线 021-52920871,或编辑短信“静脉曲张+姓名+联系方式”到 17717640571 报名。在教师节来临之际,凡教师报名的另有额外惊喜。

时间:9月4日、5日(本周日及下周一)

耳鸣的危害远非想象中那么简单

◆ 苏云

有的时候,明明周边没有其他杂音,却有人隐约好似听见汽车的嘟嘟声、虫子的叫声、嘈杂的说话声、潺潺的流水声等。耳鼻喉科专家指出,这有可能是耳鸣在作祟。也许你认为耳鸣是个小问题,忍忍就过去了,实际上耳鸣的危害远非想象中那么简单。

■ 耳鸣预示何种疾病

据耳鼻喉科专家介绍,耳鸣的病因和影响因素甚多,许多疾病都可以伴发耳鸣,同时耳鸣与社会因素和心理因素也密切相关。

中耳病变:中耳病变导致中耳传音机构的阻抗发生变化,声能传导受影响,同时由于骨传导相对增强,使体内声音传导加强而产生耳鸣。

外耳疾病:外耳道盯聆栓塞时,盯聆腺分泌过旺,与脱落的上皮细胞、异物积聚,阻塞外耳道,影响听力,导致耳痛、耳鸣。

中枢病变:听觉中枢病变从耳蜗神经核一直到大脑听皮层的听觉传导通路都可能病理改变,或伴有传出神经功能障碍,延脑背外侧综合征等。这类病变引起的耳鸣非常顽固。

全身疾病:如高血压、冠心病、贫血、高血脂、甲状腺功能亢进或减退、肾脏疾病、糖尿病、神经退行性变、炎症、外伤、药物中毒等均可能引起不同程度的耳鸣。

心理因素:耳鸣可使患者产生一系列心理障碍,心理障碍又可让耳鸣加重,心理状态与神经类型均与耳鸣有着不可分割的联系。

■ 如何正确对待耳鸣

如果耳鸣较轻,通过休息或调整生活规律可以缓解,有时自行按摩或针灸耳周的穴位可使耳鸣消失。如果耳鸣持续不消失,则应到医院检查,找出病因,及时治疗。如因患某些全身疾病所致耳鸣,则应治疗全身性疾病。重要的是寻求耳鼻喉科大夫相助,查找耳鸣原因,以确定科学的治疗方式。

■ 怎样把握好耳聋治疗时机

耳鼻喉科专家提醒,久鸣必聋,出现耳聋后,治疗首先要注意的是把握好治疗时机,一旦发现耳聋疾病,就要及时进行治疗,对

耳聋疾病的治疗越早,恢复的效果也就越好,如果耳聋病情达到了一定程度,可能治疗效果就会很差,但是还是能够缓解症状的。

—— 活动信息 ——

专家特别提醒,患上耳鸣、耳聋后,千万不要盲目治疗,应及时就医,少受痛苦,且少花冤枉钱。为此,新民健康特邀耳鸣、耳聋专家为你宣教答疑,并有机会获得专家面对面宣教交流的机会,凡有需求的读者可以通过以下报名方式(任选其一)获取有关耳鼻喉疾病防治的医学健康科普知识:

1. 拨打咨询热线:021-52921348
2. 发送短信“耳鸣耳聋+姓名+联系方式”至 13636588970

报名截止时间:9月6日 15:00

【特邀专家简介】

陈庚甲
耳鼻喉科副主任医师。从事耳鼻喉专业多年,有丰富的临床诊疗经验。擅长治疗耳鸣、耳聋、中耳炎、耳膜穿孔、鼾症等耳鼻喉科常见病、疑难病。曾多次参加国际耳鼻咽喉学术研讨活动,并在医学杂志上发表论文10余篇。



王金明
主任医师。从事耳鼻喉科临床工作30余年,积累了丰富的临床经验,尤其擅长中西医结合治疗过敏性鼻炎、急性鼻炎、鼻窦炎、鼻息肉、鼻甲肥大、耳聋耳鸣、慢性咽炎、鼾症等疑难病症。多次参加国内国际耳鼻咽喉学术会议及耳鼻咽喉医师培训班,在相关医学杂志期刊发表学术论文20余篇。



特大喜讯

上海华脉天伦贸易有限公司为感谢上海新老顾客长期以来对公司发展的支持,面向心血管疾病人群推出关爱老年健康大型优惠促销活动。“华脉天伦普健硒”(第三代硒化卡拉胶):市价3680/盒(上海市民大药房有售)限时大回馈:今优惠价**998元**/盒,每盒6瓶,每瓶60粒。每位参加活动者需年满55周岁以上方可享受此优惠,每个家庭限购一盒。

建议:健康人群每人每天补充硒50-250微克,

本公司产品不在任何网络渠道销售!

特别提示:
公司唯一生产地址:上海市闵行区浦江镇兴达路
抢购电话:400-9217-158
15000195870 13918893299 15001762188
本次活动限量600盒,活动截止日期:2016年9月6日



青黛牌普健硒(国食准字G20110779),本品不能代替药品,服用治疗药物的人应慎用本品应向医生咨询,适宜人群:需要补充硒的成人,不适宜人群:孕妇、乳母