

# “干燥病”让32岁的她满口70岁的牙

## 冬季干燥,经常口干、牙齿变黑、出现龋齿,千万别轻视

初冬季节,人们最大的感受就是干,皮肤干、鼻腔干、喉咙干……32岁的李雯(化名)竟然连口腔也跟着“干燥”起来。而口腔干燥带来的后果,让她陷入了恐慌中,她的牙齿开始一块一块地脱落,到今年七成牙齿接近“掉光”、吃饭要一口饭一口水才能咽下去。

才30多岁,就有着70多岁人的牙齿,李雯成了口腔科的“常客”。最近到长沙市中心医院检查,才发现引发她掉牙的“罪魁祸首”是干燥综合征。长沙市中心医院肾病、风湿免疫科主治医师罗徐表示,进入冬季干燥季节,市民可别小觑常见的皮肤干燥症状。

### “怪病”缠身,牙齿一块块脱落

李雯来自湖南岳阳,在长沙某外企从事文秘工作。“一到冬季,我就觉得特别难受,四肢冰凉,舌头、口角经常裂开,咽喉、鼻腔粘膜非常干燥,有时说话都很费力气……”李雯感慨道,对于别人来说,吃块饼干是件轻而易举的事情,可对于最近的她来说,非要一口水、一口饼干才能吞咽下去。

刚开始,李雯以为这是秋冬季干燥的症状,只是做些滋补的汤药犒劳自己。症状却并没有缓解,甚至开始了关节疼痛、鼓起莫名其妙的小包,而且牙齿开始大面积脱落。

“开始频繁牙痛,到小区牙科诊所检查,医生说是龋齿……”为了省事,李雯就在诊所补了三颗牙,可没过多长时间,龋齿越来越多。让她惊慌的是,龋齿一块块地脱落。“很多牙齿都坏掉了,一张嘴就像个吸血鬼,现在整口牙齿,大概有七成都修补过……”很担心自己的牙齿会影响工作,李雯去了好几家医院的口腔科检查都查不出原因。

### 罪魁祸首竟是“干燥综合征”

近日,李雯来到长沙市中心医院就诊,口腔科副主任王雨新详细检查后,建议她看肾病风湿科。龋齿看风湿科?李雯开始还不信,但各项检查却显示,导致她频发掉牙、关节疼痛的“罪魁祸首”竟是干燥综合征。

“干燥综合征是一种以侵犯泪腺、唾液腺等外分泌腺体为主的慢性自身免疫性结缔组织疾病,有很多种类型表现,如口腔干燥综合征、皮肤干燥综合征、眼部干燥综合征等等。”长沙市中心医院肾病、风湿免疫科主治医师罗徐指出,像李雯这样经常口干,讲话或进食固体时需频繁饮水,牙齿逐渐变黑、小片脱落,时常出现化脓性腮腺炎、舌下腺炎、龋齿等情况,就是干燥综合征的典型症状。

“干燥综合征病人由于唾液腺受到损害,分泌的唾液会明显减少,唾液清洁口腔的功能逐渐丧失,易滋生细菌,除出现口干、粘膜等状况外,还会出现龋齿症状,若不及时治疗,严重者可在半年内牙齿全部烂掉,只剩下牙根。”长沙市中心医院口腔科副主任、副主任医师王雨新表示,不少患者都把干燥综合征当龋齿,导致所有牙齿都烂掉。

■三湘华声全媒体记者 李琪 通讯员 汤雪 胡佳庆



干燥综合征是一种以侵犯泪腺、唾液腺等外分泌腺体为主的慢性自身免疫性结缔组织疾病,有很多种类型表现,如口腔干燥综合征、皮肤干燥综合征、眼部干燥综合征等。

- 01 饮食上应多吃滋阴清热生津的食物
- 02 口舌干燥者可以常含话梅、藏青果等,或常饮生津解渴的饮料
- 03 避免进食辛辣火热的饮料和食物
- 04 不可忌口太严,不利于病情的缓解

### 健康活动

### 昨天是首个“世界厕所日” 专家:慎用公厕卫生纸

本报11月19日讯 你知道吗?今天为首个“世界厕所日”。专家表示,一个不卫生的厕所,不但会增加疾病的传播,还会污染空气、水源、土壤等周边环境。而不文明的如厕方式,则导致感染痢疾、伤寒等多种疾病。

### 如厕后一定要洗手

“不文明的如厕方式,会导致感染痢疾、伤寒、副伤寒、霍乱、病毒性肝炎及寄生虫病等多种疾病。”长沙市疾控中心首席专家、副主任医师王晓之建议,市民如厕后务必要洗手。

“眼下正是腹泻、流感及皮肤感染等疾病的高发时节,尤其是预防呼吸道传染病,更要注意手的清洁和消毒,最好能每天几次用肥皂和温水清洗双手。”长沙市第四医院儿科主任医师杨波提醒,年轻父母每次给宝宝换完尿布或者自己上完厕所之后,都要用肥皂彻底清洗自己双手15秒,再给宝宝喂食。

### 慎用公厕洗手液厕纸

不少市民在公共厕所如厕后,多喜欢使用该处提供的洗手液和卫生纸。但长沙市第四医院妇科专家胡丽芳教授认为,兑了水的洗手液放置时间过长,容易滋生细菌。同时,一些洗手液不易冲洗,如果未冲洗干净,残留在手上也会危害健康。

“许多公共厕所的卫生纸往往随意搁置在洗手台上,其实并不卫生。”胡丽芳还建议,市民如厕使用的卫生纸应尽量使用袋装的纸巾,尤其是女性在月经期,最好随身携带干净纸巾,以免沾染细菌,带来健康隐患。

■三湘华声全媒体记者 李琪 通讯员 龙建勋 谢丹 杨芳

### 健康误区

## 切菜切到手,伤口贴创可贴就行?

本报11月19日讯 “以前受伤都贴创可贴,这次怎么就发炎了?”日前,长沙市民黎冉因为切菜食指受伤,贴个创可贴,伤口没见痊愈,反而肿了大半个手指。医生表示,很多市民逢伤口就贴创可贴,这是常识性错误,有五种轻微伤口不宜贴创可贴。

黎冉说,当时她在家准备晚餐,切茄子时,一刀下去切到了自己的左手食指。“伤口比较深,流了很多血,我急着炒菜,就赶紧贴了张创可贴。”黎冉表示,贴了之后血止住了。后来她又帮儿子洗澡,伤口也没异样。

第二天中午,她突然发现食指肿起来了,而且很痛。“我揭开创可贴,发现里面化脓了!”黎冉去了社区医院检查、打了消炎针,医生告诉她,并非所有伤口都可以贴创可贴。

### 医生建议

### 五种小伤口不宜贴创可贴

“创可贴的吸水性和通气性都比较差,不利于创伤面的分泌物和脓液的引流。”长沙市中心医院急诊外科主治医师邵启兵表示,小而深的伤口、烧烫伤、伤口内有异物、被铁钉炸伤、动物咬伤等情况,都不太适合贴创可贴。

邵启兵提醒,如果只是轻微的表面擦伤,只需用络合碘或酒精等消毒就成。创可贴在沾水后要立即更换。若伤口出现局部发热、疼痛、肿胀等情况时,请及时到正规医院进行检查治疗。

■三湘华声全媒体记者 李琪

<h3>鼎极分类信息</h3> <p>刊登13875895159 热线 0731-84464801 提示:本分类信息不作法律依据,请勿盲目经济往来</p>		<h3>遗失声明</h3> <p>长沙宏沁进出口贸易有限公司不慎遗失财务专用章和周红波私章各一枚,声明作废。</p>	
<h3>公告声明</h3> <h4>遗失声明</h4> <p>长沙市文发科学仪器设备有限公司不慎将增值税普通发票(发票号:01139942,发票代码:4300121620,金额:6400元)遗失,特此声明</p>		<h3>遗失声明</h3> <p>湖南湘美科技发展有限公司遗失湖南省长沙市质量技术监督局2011年12月2日核发的组织机构代码证IC卡,代码号:58700983-9,声明作废。</p>	
<h3>遗失声明</h3> <p>湖南俊宏汽车销售服务有限公司遗失合格证一张,序号:Z100302382,特此声明。</p>		<h3>公告</h3> <p>长沙市开福区伍家岭街道建湖村社区卫生服务站法人(邓社丽 43062619730426002x)变更为(段湘玲 430224197704095524)</p>	
<h3>遗失声明</h3> <p>张海遗失二代身份证,证号:43062119880620141X,声明作废</p>		<h3>遗失声明</h3> <p>长沙县医疗保险管理服务中心遗失长沙银行星城支行开户许可证,核准号:Z5510000171401 声明作废。</p>	
<h3>遗失声明</h3> <p>湖南大古象建筑装饰有限公司公章遗失,声明作废。</p>			