

# 多数老年人不注重口腔健康

## 专家:牙不好疾病满身跑 护好牙对身体大有裨益

9月20日第28个全国“爱牙日”即将到来,三湘都市报健康事业部联合雅美口腔机构开展了“让父母幸福晚年有口福口腔健康公益调查”活动。调查显示,受访人群中只有不到三成老年人已经养成了较好的刷牙习惯,深层次口腔自我维护需加强。

为此,本报将携手雅美口腔,邀请口腔专家为大家举办《幸福晚年有口福》口腔健康方面的公益讲座,针对大家在解决牙齿缺失问题时存有的疑问及所遇到的困难做专业性解答,并指导先进解决方案。想要参与的读者请提前拨打热线电话96258、89900570报名。

### 多数老年人不注重口腔健康

从9月5日开始,本报通过华声在线和官方微信开通了老年人口腔健康知识行为调查问卷活动。这次调查发现,80%的受访老年人能做到早晚刷牙,但是不到三成人会定期更换牙刷。上了年纪的父母普遍存在牙齿脱落缺失的现象,需要补牙或相应治疗,但是超过六成人表示不知道如何就医;大多数子女都认为口腔健康对父母的健康影响很大,但是只有23%的人愿意陪同父母咨询检查,并花费一定的治疗费用。

调查还发现了一些问题,如约一半人存在刷牙时间过长或过短的现象;含氟牙膏的认知率还有待提高;牙线使用率很低,60%的人从来不使用牙线。定期刷牙率和口腔检查率也很低,50%的人从不定期检查,60%的人从不刷牙。

另外,在口腔消费方面,受访者很少愿意主动付费采取体检等预防性措施。老年人通常愿意花几千上万去买保健品,却不愿做定期体检。

### 牙不好疾病满身跑

牙不好最易惹来一身病!雅美口腔中心主任曹香红表示,口腔是全身健康的重要“关口”。守不好这一关,可能惹来一身病。

曹香红介绍,牙齿健康关系身体健康,对上了岁数的人而言,直接影响了咀嚼功能的退化及肠胃疾病的侵袭。此外,牙齿缺失也是慢性病的发病诱因之一。比如牙周病不局限于口腔内,病菌可以通过牙根进入血液,会使动脉硬化,间接引发心血管疾病,也会增加患糖尿病的风险。缺牙不修复易致牙槽骨萎缩。

“如果老年人能够早晚正确刷牙,餐后及时漱口,做好口腔卫生,可减少三到五成的肺炎发生。”曹香红说,这是因

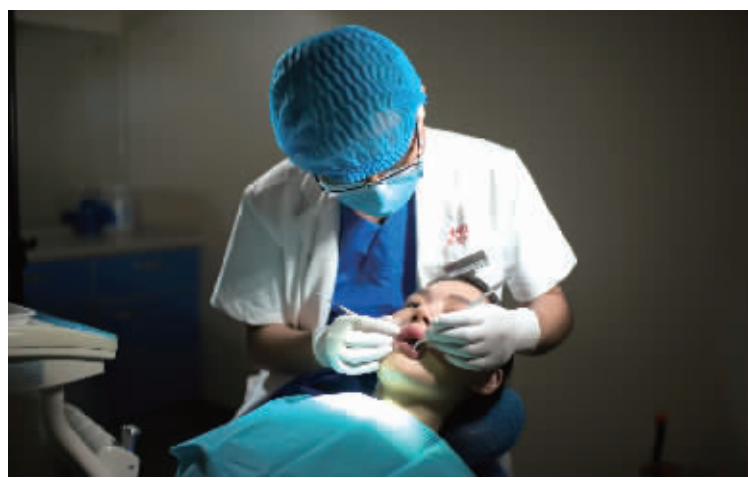
为口腔不洁易滋生细菌,细菌又可能随唾液及食物残渣进入肺部,而老年人的咳嗽反射能力较弱,病菌一旦在肺部残留48~72小时,就会对肺部造成较大伤害,引发肺炎、肺积水等问题。

### 及时修复是“王道”

牙齿缺失后会增加邻牙的咀嚼压力,造成牙齿长期负荷过重,久而久之还会造成牙龈萎缩,导致牙槽骨吸收,加剧邻牙的松动脱落。由于长期缺牙所导致的牙槽骨骨量减少,修复时不仅增加了治疗费用,还可能因无法满足种植条件,造成种植牙困难。所以,及时修复缺失牙极为重要。

曹香红表示,因为活动假牙价格经济,是缺牙中老年人的常见缺牙修复方式。很多戴过活动牙的患者有这样的感受:活动牙咀嚼能力恢复弱,营养成分高的肉类、坚果仍然吃不了,而且容易导致恶心、食物嵌塞、咬伤黏膜等问题。

什么修复方式能像真牙一样呢?曹主任介绍,缺牙优选修复方式——种植牙。种植牙跟真牙一样坚固、美观、自然,咀嚼有力,能挽救和弥补牙齿缺失带来的危害和缺陷,间接减缓身体器官的衰老,实现健康长寿。 ■记者 刘璋景



雅美医生在给患者治牙。

### 提醒

#### 警惕不良生活习惯惹病

曹香红指出,吸烟、酗酒、精神紧张、无规律作息、以及不正确的口腔护理习惯都可能惹“病”上身。为此,专家提醒必须对牙周病的危害足够的重视。

他介绍,引起牙周病的主要因素是牙菌斑和牙石,仅靠漱口和草率的刷牙是不能彻底清除的,必须通过洗牙去除。一般一年到一年半洗一次牙;刷牙习惯不太好、容易长牙石的人群则半年洗一次。

很多朋友喜欢喝各种饮料,其中碳酸饮料对牙齿的伤害是很大的,长期大量饮用碳酸类饮料可能会导致牙齿大面积腐蚀。少喝或者不喝碳酸类饮料、喝完立即漱口都是防止碳酸类饮料侵害牙齿的必要措施。

### 活动

#### 口腔健康讲座名额提前抢

本报健康俱乐部携手雅美口腔举办的《幸福晚年有口福》口腔健康方面的公益讲座即将举行。名额有限,想要参与的读者可提前拨打热线电话96258、89900570报名。

时间:9月18日(本周日) 9:30-12:00

主题:《幸福晚年有口福》  
主讲:中华口腔医学会口腔种植专业委员会委员、中国口腔微创种植技术领军人许炎标教授  
地点:长沙雅美口腔中心(天心区解放西路三王丽都大厦269号雅美医疗美容医院四楼大会议室)  
热线:0731-89900570

# 湖南大学制备出最新热电材料 可制成可穿戴的电池 体温发电或成现实,掌上设备永不停机?

本报9月12日讯 体温发电?开水的热量也可发电?近日,湖南大学物理与微电子科学学院副教授黄晖辉首次制备出一种新型的热电材料——1T相二维二硫化钼柔性热电材料,能够利用体温等人们日常生活中产生的废热来发电,人体“永动机”或成现实。

### 发电效率 大大超过碳纳米管

热电材料就是利用材料两面的温差来发电,如环境温度和人体温度之间有差异就能产生电。黄晖辉介绍,早期研究的热电材料通常又硬又脆,限制了其应用范围,而且还要用到昂贵且带有一定毒性的半导体材料——碲化铋。为解决这个弊端,科学家们制造出柔性热电材料,克服了以往热电材料的很多问题。其中,碳纳米管材料被认为是目前比较理想的柔性热电材料。

而黄晖辉研制的1T相二维二硫化钼柔性热电材料,除具备碳纳米管的柔性可弯曲的优势外,在发电效率上大大超过了碳纳米管,而其

常温功率因子几乎是碳纳米管的7倍。假如将这种柔性热电材料制成衣物穿在人身,利用人体体温与外界环境间的温度差可以源源不断地产生百毫瓦量级的电量,可满足大多数可穿戴电子设备的供电。

### 制备工艺更简单、廉价

在获取方式上,相对于耗能的碳纳米管制备工艺,1T相二维二硫化钼柔性热电材料也更简单、更廉价,黄晖辉及其合作者通过化学剥离二硫化钼粉末,可大量获取1T相二维二硫化钼纳米片,大大降低了材料成本,给体温发电商业化开辟了一条新路。

柔软轻薄的1T相二维二硫化钼柔性热电材料,可制成可穿戴的电池,利用日常生活中的废热发电,这种电池无需任何运动部件、可靠性高、结构简单、坚固耐用、寿命长、无噪音、无污染。“从理论上说,手机、闪光灯、医疗监测设备等移动设备均可采用这种发电方式,实现掌上设备永不停机。”黄晖辉表示。

■记者 黄京 通讯员 李妍蓉

## 夫妻存基因突变,四次怀孕均因胎儿畸形流产 遗传选择后生下健康宝宝

本报9月12日讯 “非常健康和活泼可爱,这一路真是太艰难了!”先后怀孕四次都因胎儿先天畸形而流产,这次终于生下了健康宝宝,来自深圳的余女士给中信湘雅医院发来感谢信。

9月12日是“中国预防出生缺陷日”,记者从中信湘雅生殖与遗传专科医院得知,由该院建立针对短肋多指综合症的植入前遗传学诊断(PGD)联合植入前遗传学筛查(PGS)技术,成功对一个患有短肋多指综合症II型疾病的家庭实施了PGD+PGS检测及助孕治疗,最终患者生下一名健康女婴。这是中国第一例通过PGD+PGS排除短肋多指综合

征的健康婴儿。

中信湘雅医院院长卢光琇教授介绍,短肋多指综合症是一组致死性骨骼发育不良常染色体隐性遗传疾病,发病率为万分之2.5-3.3。医院遗传中心确定胎儿NEK1基因存在的两个突变分别来自父母,导致无法维持相关骨骼正常发育。

卢光琇表示,PGD+PGS突破了以往对单基因病PGD的局限性,在预防单基因病患儿出生的同时,也降低了因胚胎染色体异常导致的自然流产和染色体病患儿出生的风险,是帮助先天畸形等遗传病高风险家庭的首选方案。

■记者 李琪 通讯员 董雷

### 健康连线

#### 婴幼儿听力障碍 及早干预治疗

本报9月12日讯 由于婴幼儿年龄小、不会表述,其听力障碍的早期症状很难被家长发现。这个最难察觉的“小障碍”可能成为影响孩子未来成长的“大问题”。日前,全国儿童耳鼻喉头颈外科年会第九届全国儿童耳鼻喉头颈外科年会会在省儿童医院举行,众多全国顶级专家和学者汇聚于此,共同关注、交流、研讨包括婴幼儿听力障碍检测在内的儿童耳鼻喉头颈外科热点、难点问题。

统计数据显示,全国每年有2-3万先天性耳聋患儿出生,另有相当比例的迟发性婴幼儿听力下降,每年新增聋儿4-5万人。“只有早期发现先天性耳聋,才能及早进行干预治疗。”国家卫计委新生儿听力筛查组专家吴皓介绍了新生儿听力检测的诊查规范,以及通过融合听力学技术与互联网技术开展学龄前儿童听力检测的新探索。

■记者 李琪 通讯员 姚家琦 彭湘粤

### 名词解释

PGD:是对体外受精的胚胎进行遗传学诊断,在确定正常后再将胚胎植入子宫,这样可避免选择性流产。

PGS:是指体外受精的胚胎在植入着床之前,对早期胚胎染色体数目进行检测,通过一次性检测胚胎23对染色体,分析胚胎是否有染色体数目异常的一种胚胎筛查方法。PGS可选择染色体数目正常的胚胎,降低流产率,提高试管婴儿成功率。