

消除“老掉牙”旧观念 做患者贴心“娘家人”

——记长沙市口腔医院牙周黏膜科主任朱丽雷

本报记者 许琬婕 通讯员 余琼

从住院医师到长沙市口腔医院牙周黏膜科主任，从牙周专科毕业生到中华口腔医学会牙周病学专委会委员，9年多来，朱丽雷教授积极投身牙周健康事业，不仅带领长沙市口腔医院牙周黏膜科成为长沙市临床医学重点学科，学科发展进入快车道，还积极参政议政，让更多人听到牙周医生的声音。一路走来，他始终秉持自己的从业初心——让更多的中国老百姓能一生都使用自己的牙齿。”

出生于江西九江的朱丽雷毕业于北京大学口腔医学院，在北京大学人民医院口腔科工作3年后，2012年主动调入长沙市口腔医院。从北京到长沙，放弃原先种植牙赚钱机会的他一心希望实现更大的自我价值。

在朱丽雷的心中，始终难以忘怀的是中国牙周病学开拓者曹采方教授在授课时播放的一张图。那是一位美国92岁的老太太从成年到老的每年的牙齿照片，令人震撼的是，几乎没有任何变化。“只要早期发现早期干预，牙齿维护好是可以终身拥有一口好牙的。我希望中国的老百姓也能自信、幸福地到老。”他说：“湖南有6000万人，是人口大省，当地又有嚼槟榔的习惯，口腔疾病多发，老百姓对于口腔健康的保护意识也非常薄弱，正需要一批又一批像我们这样的青年学者在这里扎根。”

“很多老百姓认为牙松了、痛了才需要就诊，或是认为老了就会掉牙，这些都是错误的。很多人在早期牙齿刷牙出血、牙龈肿或是牙龈萎缩的时候没及时治疗，等到牙齿松的时候，基本要拔很多牙齿。”朱丽雷痛心地说，“每天出门诊都会接诊一两个特别严重的患者，不少是30岁左右就已经出现牙齿松，而回顾病史，通常20岁左右都有牙龈出血肿胀的历史，但是都忽视了。”

为破除这些“老掉牙”的旧观念，树立正确的口腔健康意识，十年间，朱丽雷一遍遍耐心解答，不厌其烦地悉心指导，始终坚持“预防大于治疗”的理念，做患者贴心的“娘家人”。对于初次就诊的患者，他会认真地进行口腔教育，帮患者回顾平日里忽视的细节，解释保持口腔卫生的重要性以及方法。治疗时，他总是尽己所能帮助患者在保住自己牙齿的基础上解决病痛，为广大患者讲解保护牙齿的各种小技巧。他还积极参加各种口腔健康宣教和义诊活动，在电视台、电台、报纸等媒体平台进行口腔健康宣教超20次，参加进社区、进学校、进单位以及院内现场宣讲超30次。此外，朱丽雷作为负责人开展省内培训班超过50次，受益的专业人士超过1000人次。

朱丽雷总向同事们强调：“我们要将目标定得大一些、长远一

些，不能只是给患者现在的、专科的治疗方案，患者更加需要的是口腔健康意识的建立、全面的治疗方案和终身的维护方案。”现在的传统口腔治疗方案一般是出现症状，解决当下症状，花费时间长，费用大，效果常常为以假的替换真的。而朱丽雷全面的治疗往往包括详细的口腔卫生指导、全口的治疗方案、终生的维护方案。“我们的患者治疗第一步一定是口腔卫生指导，这一步有时会花费5分钟，然后是操作治疗，最后再给与个性化的终生维护方案。”

第四次全国流调显示，老百姓对于口腔健康的重视程度有明显改善，但仍缺乏系统的口腔健康知识。而2019年湖南首次口腔健康流行病学调查结果显示，65岁~74岁年龄组，龋病发病率98.5%而治疗率仅为6.4%，牙周健康率仅为6.9%。湖南咀嚼槟榔的习俗使得口腔癌发生率明显高于全国水平，男性口腔癌发生率居全国第六位。

“道阻且长，行则将至，行而不辍，未来可期”，朱丽雷说，“让老百姓共同拥有口腔健康，是我们牙周医生的终极目标，困难很大，但是我将继续孜孜不倦地向患者发声，不卑不亢地向同行发声，科学系统地向社会发声，让老百姓都能掌握拥有健康口腔的方法，为科学防治口腔疾病提供技术支持。”

■给您提个醒

预防儿童肥胖 不要拿食物当奖赏

儿童肥胖已成为全球严重的健康问题，约30%的肥胖者在儿童期是胖子。儿童越早肥胖，成年后就会越肥胖，儿童期肥胖者与成年后肥胖者相比，有较高的心血管疾病发病率、较高的死亡率，对儿童内分泌及青春期提早发育也有影响。因此，儿童期肥胖所带来的结局可能是：容易患慢性疾病及不易减重的成人肥胖。肥胖不但危害身体健康，更容易让儿童成为被排斥的对象。

预防儿童肥胖，可从母亲孕期开始，如避免孕期体重增加过多。而对于学龄前儿童，做到以下几点可预防肥胖：

家长要建立儿童健康的饮食习惯，不要因为孩子不吃就处罚他。吃饭时的气氛非常重要，应维持愉悦与快乐的互动。不要拿食物当奖赏。应提供广泛的食物选择，包括各种种类、味道及质地的食物。在家庭方面，尽量固定时间和地点吃饭，不要忽略任何一餐，特别是早餐。用餐时不要看电视、看手机，避免不必要的甜食、高油脂食物及饮料。幼儿园老师应让孩子积极参加体能活动，并严格执行最低体能教育，包括一星期2次~3次的剧烈运动，每次30分钟~40分钟。

(《荆门晚报》9.6, 文/曹淑芬)

■健康新知

孕妇用染发剂 孩子易过敏

染发剂含有诸多化学物质，常用易引起接触性皮炎，偶尔可引起荨麻疹、过敏反应、支气管哮喘等。近期，日本山梨大学研究小组在《环境研究》杂志发表的一项研究首次报告，孕妇在家庭和工作使用染发剂，所生孩子易患支气管哮喘和过敏性鼻炎。

研究小组采取问卷调查的方式，对所调查的77303名具有完整数据的孕妇进行了分析。调查内容包括孕妇染发剂使用情况，如是否在美容院、家庭、工作中使用及其使用频率，以及孕妇所生孩子在3岁时有无过敏性疾病(由医生诊断)等，以明确孕妇染发剂使用与所生孩子过敏性疾病的关系。

结果表明，在家庭和工作使用染发剂的孕妇，与均不使用染发剂的孕妇相比，所生孩子在3岁时容易患支气管哮喘(风险增加近2倍)和过敏性鼻炎(风险增加近1.5倍)。此外，孕妇在家庭染发使用频率越高，所生孩子在3岁时越易患过敏性鼻炎，在工作中使用也有同样趋势。

宁蔚夏译

新冠流感联检试剂盒在沪投产分发

9月6日，可以同时检测新冠肺炎和流感的联检试剂盒正式在上海投产分发，第一批数万盒试剂盒将运往全国各地的儿科门诊、发热门诊，为流感和新冠肺炎疑似症状患者的病原快速鉴定增添方便有效的新工具。图为工作人员在进行联检试剂盒的包装。

新华社记者 方喆 摄



■发现

新方法治疗癌症效果提高40%

俄罗斯托木斯克理工大学将放射性钶-225治疗癌症的效果提高了40%。据研究作者介绍，他们为钶开发了一种特殊的纳米包装——一种聚合物-蛋白质胶囊，以保护人体免受有毒的衰变产物的侵害，其效果是同类产品的6~10倍。

钶-225是一种放射性同位素，被认为是一种极具前途的放射性药物，可用于治疗各种形式的癌症。钶会发射α粒子射线，其线性能量传递比β射线要少，

因此它可以更准确地“击中”癌细胞，而不会伤害健康细胞。然而当钶-225衰变时，会产生有毒的同位素钷-221和铋-213，在肝脏、肾脏和脾脏中累积。这阻碍了其广泛引入临床实践。

研究人员提出了一种新方法，首先将钶与白蛋白(一种蛋白质分子)结合，然后将这对组合放入基于多肽和多糖的聚合物溶液中。白蛋白与聚合物形成牢固的共价键——真正意义上的保护球，包围同位素。这种聚合物-蛋白质胶囊

还能帮助中和有毒同位素，当其中的钷-221和铋-213衰变为无害同位素后，可降解胶囊在体内分解成无害元素，从而将钶-225的治疗效果提高40%。

托木斯克理工大学化学和生物医学技术研究院首席研究员亚历山大·蒂明解释说，钶被认为是一种通用的同位素，如果解决了毒性问题，理论上它可以用来治疗任何类型的癌症。

(《科技日报》9.7, 文/创新连线·俄罗斯)