

本报专访

长沙市第三医院口腔科：“我们一直在行动”

守护健康牙 治疗病患牙 保留天然牙

本报记者 王璐 通讯员 戴婧

口腔疾病涉及人群广、患病风险高，然而关注度却较其他慢性病相对不足。“不到牙齿疼不会去看牙医”“天然牙说拔就拔，种植牙说换就换”已成为很多民众的治牙态度。长沙市第三医院口腔科始终积极倡导“守护健康牙，治疗病患牙，保留天然牙”理念，帮助民众树立正确的口腔保健意识，让自然牙伴随一生。

守护健康牙：

预防，是最便宜的治疗

据第四次全国口腔健康流行病学调查显示，我国有97%的成人遭受口腔问题的困扰，有97%的成人患有牙结石，88%患有龋齿，85%患有牙龈问题。“而这些都可以通过正确刷牙来预防。”徐红介绍，在口腔科看病的患者中，绝大多数人都不会正确刷牙。她曾见过80多岁牙齿从来没刷干净过的老人；见过从小不刷牙、满口龋齿等着换牙后再刷牙的5岁孩童。

徐红表示，有效的刷牙完全能预防牙周炎导致的“老掉牙”，儿童刷牙则不仅能预防龋齿，还能护航未来恒牙的健康萌出。

徐红表示，正确刷牙推介“水平颤动拂刷法”，不能大力“拉锯式”刷牙破坏牙釉质和牙床，同时还需要配合使用牙线和（或）牙间隙刷、水牙线等。

为了提高民众口腔保健意识，徐红带领口腔科团队积极开展口腔健康宣教，普及龋齿和牙周病预防保健理念。针对学校、幼教机构、孕妇学校等社会团体加大儿童龋病危害及

防龋措施宣传力度；寒暑假组织以家庭为单位的健康讲座，引导全年龄段民众共同关注和维护口腔健康；为方便民众就诊，口腔科节假日门诊正常开放，方便民众就诊咨询；在天心区开展儿童免费口腔检查、涂氟和“六龄牙”窝沟封闭防龋，近8000名孩子受益。

治疗患病牙：

做百姓家门口的良心医生

“我们常常能接诊到一些因不规范的牙科治疗或随意接受种植牙导致不良后果的患者，我们帮助他们进行再治疗。”徐红说，牙医是个技术活，更是个良心活，只有用心按规范标准去做才能真正让患者不被“牙病”反复折磨。

2014年，依托长沙市3D打印技术医学应用研究所，该院口腔科在全省最早开展打印3D导板下精准化口腔种植，并先后开展了3D打印导板引导下钙化根管的疏通、自体牙移植和配合显微镜下根管治疗、根尖手术等多项口腔技术。“精准化种植并不是完全依靠导板，需要有经验的医生进行判断，修正导板误差，真正达到人机合一的精准种植。”据了解，自开展精准种植技术以来，该院口腔科对每名患者要求定期复查并督促养成良好口腔习惯，这些患者多年来种植牙都维持着良好状态。

为了让患者治牙“不疼”，口腔科还启动舒适化治疗模式。最早在省内引进局部注射无痛麻醉，全面推行舒适化治疗，患者在就诊过程不仅有丰富经验的医护人员引导就诊、全程心理安抚，如果需要还可

以由专业麻醉医生提供无痛化服务。“睡一觉，牙齿就治好了。”舒适化治疗模式，对于恐惧牙齿治疗的儿童或脑瘫、发育迟缓、精神疾病的患儿来说，成为口腔治疗的最佳方式。

保留天然牙：

最好的牙，就是自己的

55岁的李女士（化名）最近很苦恼，她口腔内不少牙齿发生松动，尤其下前牙特别明显，有要脱落的迹象。到口腔诊所就诊后，医生告诉她只能拔除后再种植。为了“保牙”，李女士辗转找到了徐红。

徐红查看后发现，李女士松动的牙齿并没有到完全“无救”的状态。在对全口进行牙周基础治疗后，徐红使用牙科材料让松动的牙齿固定在一起，“这种治疗方式就像‘抱团取暖’，一根筷子易折断，三根筷子抱成团。”不仅对牙齿本身没有任何损害，而且保留了清洁通道，让李女士能有效清洁牙齿。治疗后，李女士摆脱了“拔牙”危机，她高兴地表示：“不仅保住了牙齿，整个治疗才花了不到两千块，还能报销，种植恢复四颗牙至少得两万多，徐主任真是帮了大忙！”

徐红介绍，对于牙周炎的程度在国际上是有明确分类的，医生需经过牙周保守治疗并仔细评估后，确认牙齿无法挽留了，才能最终选择拔牙。

“每天有效刷牙，定期洁牙、定期口腔检查是我们希望每个患者都能做到的，而让一口好牙陪伴你一生，也是我们作为牙科医生永恒的奋斗目标。”

■门诊新闻

老人尿频、血尿半年 膀胱取出结石70余颗

本报讯（通讯员 史习蒙）83岁的吴爷爷既往做过前列腺摘除术，半年前出现尿频且伴有血尿的症状，约30分钟就得排一次尿。医院检查发现为“膀胱结石”，吴爷爷来到常德市第二人民医院泌尿外科寻求治疗。

该院泌尿外科副主任汤明经过细心诊治，结合病史及检查结果为吴爷爷制定了周密的诊疗计划，随后开展膀胱切开取石+尿道内口狭窄切开+尿道扩张术。术中发现吴爷爷有严重的尿道内口狭窄，导致排尿困难，这可能就是吴爷爷产生膀胱结石的原因之一。手术顺利，取出膀胱结石大小约70余颗。

该院专家提示，膀胱结石的典型症状是间歇性、有疼痛的血尿，终末血尿；耻骨上区钝痛、胀痛，表现在排尿的终末期症状加剧；或引起排尿中断，改变体位后方可继续排尿。膀胱结石主要的治疗方法是手术治疗，药物治疗一般无效。

视力下降5年 患青光眼险失明

本报讯（通讯员 贺科）70岁的胡女士5年前视力开始下降，近1年来愈发严重，曾辗转多家医院治疗过，都未彻底解决问题。两个月前，她在当地医院的建议下，来到常德市第一中医医院眼科就诊，确诊为青光眼。

经检查，胡女士左眼已经失去最佳的治疗机会，且近乎失明，右眼视力仅0.4。为防止其右眼继续恶化，保证仅有的视力，需要立即手术。眼科主任黄凌飞带领科室其他医护人员一起商议，为其制定了周密的治疗方案和具体措施。经过两次手术，胡女士双眼眼压被很好地控制，右眼视力被成功保住。据悉，该院眼科可开展显微镜下显微眼外伤手术、改良青光眼手术、白内障超声乳化手术、内窥镜下鼻腔泪囊吻合术、眼部美容手术等；中西医结合治疗眼科疑难疾病如病毒性角膜炎、角膜溃疡、复发性葡萄膜炎、血压眼底病等。

经常胃痛、烧心、呃逆 胃食管反流病“袭击”

本报讯（通讯员 胡薇华）长沙65岁的田先生，近一年来反复出现上腹胀痛、烧心、呃逆、进食后吞咽痛。最近他因症状加重来到湖南省人民医院消化内科三病区门诊就诊。经胃镜检查发现，其患有胃食管反流病。

该院消化内科三病区主任廖江涛介绍，胃食管反流病跟年龄、饮食、肥胖、吸烟、饮酒、原有胃部疾病等均有关系。胃食管反流病严重者可导致食管炎和咽、喉、气道等食管以外的组织损害。

廖江涛提醒，可以通过改变生活方式、饮食等因素，有效避免胃食管反流病“袭击”。1.少食多餐，进食八分饱，尽量少吃油腻辛辣食物，比如肥肉、奶油、咖啡、巧克力、可可、辣椒、冷饮以及碳酸饮料；2.过度肥胖者腹腔压力增高，可促进胃液反流，减轻体重能明显改善反流症状；3.运动能促进胃肠蠕动，防止胃食管反流的发生；4.如果经常夜间反流，可把床头抬高至少15厘米，左侧卧睡更好；5.防治便秘，便秘使腹腔压力增加，容易诱发胃食管反流病。

遗失声明

贺咸云（身份证号码：430223195408220516）不慎遗失内科主治医师中级专业技术资格证书1份，特声明作废。

特此声明

省级专家组赴永顺健康帮扶



近日，中南大学湘雅二医院专家赴湘西土家族苗族自治州永顺县人民医院开展健康帮扶活动。健康帮扶活动中，湘雅二医院呼吸与危重症医学科专家组对帮扶医院开展了病房查房、义诊、检测报告审核、慢病管理指导等多个帮扶项目，将有温度的优质医疗服务送到了当地民众身边。

通讯员 刘欣蕾 付敏
摄影报道