



磨人的口腔溃疡到底是什么病?

说起口腔溃疡相信大家都不陌生,几乎每一个人都得过口腔溃疡,疼起来什么东西也不敢吃,甚至讲话都费劲。很多人会疑惑,口腔溃疡到底是什么病?为什么会这么磨人?下面就让我们一起来了解一下关于口腔溃疡的知识吧。

口腔溃疡的定义

口腔溃疡又称为“口疮”,也叫“复发性阿弗他溃疡”,是常见的口腔疾病,主要是指在口腔中发生疼痛溃疡点,其外形规整呈圆形或椭圆形的凹陷溃疡面,周缘有一圈充血的红带,溃疡表面有黄白色的膜状物,触碰疼痛。由于溃疡形成的坏死凹陷处超过了黏膜的基底层,导致黏膜下层的神经末梢暴露在外,与外界接触造成的刺激,从而导致疼痛加剧。

口腔溃疡的类型

1. 复发性口腔溃疡 复发性口腔溃疡也叫做经常性口腔溃疡,突出的特点是反复发作,痛感明显,通常在自身的免疫力低下时发生。轻度的溃疡多在两周左右自愈,重度溃疡则需要进行相应治疗,自愈难度较大。

2. 创伤性口腔溃疡 创伤性口腔溃疡主要是由于口腔局部因素引起,例如食物中的鱼刺、砂石等造成口腔黏膜的机械性损伤;或化学性灼伤,例如在服用刺激性药物时引起口腔黏膜的损伤;冷热交替刺激也会导致口腔黏膜损伤,例

如食物温度较高等造成黏膜灼伤。

3. 疾病伴发的口腔溃疡 这种溃疡主要是由于自身疾病引发,或者由于自身的病毒感染引起的,例如单纯疱疹感染、手足口疾病或带状疱疹。

为什么会出现口腔溃疡?

1. 免疫力低 免疫力下降会导致机体受到病原体的侵害,从而引发口腔溃疡,例如长时间加班,饮食、作息不规律,精神压力较大,导致身体免疫力下降,进而患上口腔溃疡。

2. 遗传因素 口腔疾病和遗传有很大关系,有相关调查显示,约50%以上的口腔溃疡患者有家族病史。

3. 饮食因素 爱挑食导致体内营养不均衡时,例如体内缺乏维生素时,就容易引发口腔溃疡。

4. 创伤性因素 创伤性口腔溃疡最为常见,例如口腔黏膜被尖锐的物体刺伤、牙齿咬伤等。

口腔溃疡的治疗

口腔溃疡的治疗主要是以局部消炎为主,以此来缓解患者的口腔疼痛症状,促进溃疡伤口尽快愈



地碘片等,还要搭配使用促进创面愈合的药物,如口腔溃疡散、冰硼散、西瓜霜等,可将药物涂于患处表面或者含在口中。

对于症状较为严重、复发频率较高的患者,应采用全身用药,通常使用免疫制剂(如左旋咪唑、转移因子、胸腺素等),这类药物具有增强细胞免疫力的功能;维生素类药物,如维生素C、维生素B等,能够补充维生素,提高患者的免疫力。

如何预防口腔溃疡?

1. 科学饮食 需要保持规律、科学的进餐习惯,细嚼慢咽,进食切勿狼吞虎咽,避免食物对口腔黏膜造成损伤;对于温度较高的食物或水,应该避免直接入口;禁食辛辣刺激性食物,防止对口腔黏膜造成刺激;保持营养均衡,多食用富含维生素、优质蛋白的食物。

2. 良好的作息 科学的作息习惯有助于提高身体免疫力,因此,应该养成良好的睡眠习惯,不熬夜,避免劳累过度,保持积极乐观的心态。

3. 注重口腔卫生 口腔卫生也非常重要,生活中应该养成良好的刷牙习惯,坚持早晚刷牙、饭后漱口的好习惯,并且定期洁牙、洗牙,避免口腔内有残渣存留,降低口腔疾病发生的可能性。

百色市那坡县永健口腔门诊部 刘浩锋

灭菌和消毒有什么不同?

消毒供应室是临床一线的亲密战友,更是医院各项临床工作顺利开展的“心脏”部门。作为职能科室,消毒供应室承担着全院临床科室及外来医疗器械的回收、分类、清洗、消毒、检查、包装、灭菌、监测及发放等工作,各类诊疗器械均从这里流向各个科室,其工作质量与患者的治疗安全及医院感染发生风险密切相关,是医疗安全最重要的组成部分。医院各科室每天都有很多新使用及复用的诊疗器械,在重复流转过程中不断供应给各个临床科室及手术室,这些器械各种各样、种类繁多,不同的器械也有其不同的处理方法。为了更好地保证器械的消毒灭菌质量,消毒供应室主要做了哪些工作呢?

灭菌与消毒有什么不同?

消毒主要是指杀灭或清除传播媒介上的病原微生物,使之达到无害化处理。根据消毒时间可分为随时消毒与终末消毒,多可直接选用具有杀菌效力的物理方法或化学消毒剂。

灭菌是指应用物理或化学方法将全部微生物杀灭,包括致病菌及非致病微生物及芽孢,使之完



全达到无菌程度。经过灭菌处理后,未被污染的物品统称为无菌物品。需进入血液、组织、体腔等人体内部的医用器材,如手术器械、穿刺针、牙科手机等,均要求绝对无菌。

常用的灭菌方法有哪些?

1. 湿热灭菌法 也被称为蒸汽灭菌法,是目前消毒供应室常用的灭菌方法之一。该方法利用高温高压的蒸汽杀灭病毒与细菌,整个灭菌过程需做好对温度与压力的控制以保障灭菌效果。其优势在于具有较好的灭菌效果,可杀死绝大部分病菌及病毒且不对医疗器械造成损伤;但其缺点在于需使用专门的蒸汽灭菌器进行操作,具有较高的设备成本,且操作难度较大。

2. 过滤除菌法

该方法主要是利用过滤器将细菌与病毒进行过滤从而获得灭菌的效果,多适用于一些敏感的医疗器械与设备,如光学器械、电子器械等。其优点在于操作简单,无需特殊的灭菌设备与气体,也不会对医疗器械造成损伤;但其缺陷在于可能不能完全将细菌与病毒杀死,只能通过过滤器将它们过滤掉。

常用的消毒方法有哪些?

1. 煮沸消毒 该方法适用于金属、玻璃制品、餐饮具及其他耐热、耐湿物品的消毒。所有待消毒物品应完全浸没于水中,加热水沸腾后持续15分钟以上,煮沸消毒的水应尽量选择软水。

2. 流动蒸汽消毒 该消毒方式适用于医疗器械、器具及物品手工清洗后的初步消毒。操作过程中应注意当水沸腾产生水蒸气后保持温度在100摄氏度,相对湿度控制在80%~100%,作用时间在15~30分钟。消毒过程中应注意将各类物品垂直放置并保留一定空隙,以达到较好的消毒效果。

3. 消毒剂消毒

1) 邻苯二甲醛:多用于对内镜、诊疗器械、器具及相关物品的消毒当中,消毒前应做好充分的清洗与干燥,对于新启用的诊疗器械及器具应先将表面油污及保护膜除去后再使用清洁剂进行清洗,干燥后及时进行消毒。值得注意的是,配置消毒剂时应注意使用专用塑料容器并确保使用中的浓度符合使用说明的要求,同时在使用过程中注意通风。使用过程中直接接触本品可导致眼睛、皮肤、消化道及呼吸道黏膜损伤,接触皮肤、黏膜会导致着色,处理时应保持谨慎并佩戴手套。

2) 含氯消毒剂:适用于物品、物体表面、分泌物、排泄物等的消毒。根据产品有效氯含量,按稀释定律,用蒸馏水稀释成所需浓度,将待消毒的物品浸没于装有含氯消毒剂溶液的容器中,加盖。对细菌繁殖体污染物品的消毒,用含有效氯500毫克/升的消毒液浸泡超过10分钟,对经血传播病原体、分枝杆菌、细菌芽孢污染物品的消毒,用含有效氯2000毫克/升~5000毫克/升消毒液,浸泡超过30分钟。使用液应现配现用,使用时限应≤24小时,配制时应戴口罩、手套。该消毒剂对织物有腐蚀和漂白作用,不应用于有色织物的消毒。

广西柳州市柳城县人民医院 郭多荣