

本期聚焦

关于老年牙周病,你了解多少?

牙周病是导致“老掉牙”的元凶

俗话说得好:牙好,胃口就好,吃嘛嘛香,身体倍儿棒! 牙齿的缺失,会导致邻牙倾斜移位,如果缺牙过多,咀嚼效率明显下降,会导致未嚼碎的食物进入胃肠,致使胃肠系统负担加重,引起胃肠功能紊乱,影响人体对营养的消化吸收。可见,老年群体拥有一口好牙至关重要。

与此同时,我们都听过“老掉牙”。在人们的潜意识里,老了,牙就一定掉,这是很多人根深蒂固的观念。其实,深究起来这不过是以现象概括本质。晋江市中医院口腔科赵志勇医生表示,“老掉牙”的罪魁祸首并不是因为年龄,它的元凶是牙周病。牙周病,才是侵犯牙龈和牙周组织的慢性炎症。其主要特征为牙周袋的形成和袋壁炎症、牙槽骨吸收和牙齿逐渐松动。牙周病可以导致牙龈萎缩、牙龈肿痛、牙齿松动、掉牙等严重问题。它才是中老年人牙齿缺失的主要杀手。

案例:由牙周炎引起的牙周脓肿

67岁的庄阿伯已有五十年烟龄,平时刷牙不认真。一天就早上刷一次,忙的时候就直接不刷了,平时刷牙有出血的症状。值得一提的是,他的牙齿松动,半年来已脱落3颗,脱落的牙齿无不良症状,形状完好。对此,他也不是很在意,以为是年纪大的原因。

春节期间,庄阿伯忙着置办各类节日用品,晚上睡得少,白天持续大吃大喝,结果出现了牙龈肿痛的症状。不久后,他的左脸颊突然肿起来,并伴有畏寒、发热症状。在家人的陪护下,他来到晋江市中医院口腔科就诊。通过口腔CT检查,提示牙槽骨吸收,口腔卫生不良,考虑由牙周脓肿引起的面部软组织间隙感染。通过口内脓肿切开引流及抗炎治疗,庄阿伯面部肿胀逐渐消退。再经过牙周治疗,庄阿伯牙齿松动好转,牙周炎得到控制。

解析:牙周炎引起面部感染

根据庄阿伯的这种情况,赵志勇医生坦言,“这就是因为平时吸烟、口腔卫生差、长期不洗牙,牙石、牙菌斑等不良因素刺激,导致牙槽骨吸收,牙周袋形成。此外,春节期间,他的睡眠少、大吃大喝等也是引起牙周脓肿的诱因,导致炎症扩散至面部软组织间隙。所幸就诊及时,如果不及时治疗,可能会引起脓毒血症导致多器官衰竭。”

近年来,不少研究表明,牙周病不仅会引起口腔局部感染炎症(疼痛、出血、失牙),而且作为细菌储库,可引起轻微的慢性炎症反应,进而影响全身各脏器的功能。到现在为止,已经发现和牙周病有关联的全身性疾病包括糖尿病、心脑血管疾病、肾脏疾病、早产低出生体重儿、骨质疏松、肥胖、癌症等疾病。可见,口腔问题无小事,不容忽视。

健康课堂

如何做好牙周病日常保健措施?

牙周病是一种沉默的全球性流行病,具有巨大的疾病负担和社会经济影响。老年群体牙齿丧失的最主要原因是牙周病;即使要进行各种类型的修复治疗,也需要充分考虑并借助存留牙周组织的储备和支撑。

“越来越多的证据也支持可能由牙周病引发的间接危害,即牙周病的存在及失控,可能导致或加重远隔系统器官的病症,甚至危及生命安全。因此,如何尽早发现和判定是否存在牙周病损、如何检查和评估牙周病损的程度、是否进行干预、应用何种手段、是否能保证天然牙及修复体的稳定及功能等,是必须要面对和重视的现实问题。”晋江市中医院杜梅雪医生表示,“在日常生活中,老年朋友应做好日常保健措施。”

首先,要注意口腔卫生,养成良好的卫生习惯。坚持做到早起及睡前刷牙、饭后漱口,了解并掌握正确的刷牙方法。

其次,应密切注意牙周疾病的早期信号。如果在刷牙或吃东西的时候,出现牙龈出血的现象,要及早引起重视,因为这是牙周有炎症的表现,应尽早到医院诊治,查看龈下牙石情况,以及牙龈萎缩的情况。

此外,应有效提高牙齿及



口腔的免疫能力,将牙周病扼杀在萌芽状态;同时可选购合适的牙膏、牙刷、牙线,避免选择不合适的口腔护理产品导致牙龈问题的恶化。

接着,养成健康的饮食习惯。注意饮食结构要营养均衡,多吃白肉、蛋、蔬菜、瓜果等有益于牙齿口腔健康的食物;尽量少吃含糖食品,不抽烟,少喝酒,多吃富含纤维的耐嚼食物,有效增加唾液分泌,有利于牙面及口腔清洁。

并且,要注意饮食方面的卫生预防。切勿常喝软饮料,如可乐、柠檬汽水等各种碳酸

饮料,均会对牙齿造成不同程度的伤害;尤其需要注意的是刚吃完酸性食物的时候,例如柠檬、西柚汁后,不要马上刷牙,应先漱口,过一段时间后再刷牙。因为酸性液体容易使牙齿表面的釉质软化,此时刷牙容易破坏牙釉质,导致牙齿损耗。

最后,牙周炎的保健措施还包括定期进行口腔保健检查。有条件的话,要保证儿童每半年一次,成人每年一次,到公立医院口腔专科进行口腔及牙齿健康检查;每半年或一年去医院洗一次牙,及时除掉龈下牙结石。



支招:采取系统牙周治疗

关于牙周炎,赵志勇医生建议,想要治疗牙周疾病,首先要接受基础治疗。基础治疗可以清洁牙周部位,这样可以避免牙周发炎。然后,可进行手术治疗。手术能从根本上治愈牙周病,不过有可能会影响牙齿美观。下一步,则进行修复治疗,进行补牙修牙。最后,只要定期到医院复查维持治疗就可以了。

赵志勇医生强调:“值得注意的是,牙周病对身体的危害极大,在早期的时候这种病只会引起牙龈红肿和疼痛,到了后期就会直接影响人的正常进食。而且牙周病也会让细菌大量繁殖,长时间不治疗的话还可能诱发心脏疾病。牙周病只要在早期接受治疗都可以有效治愈。”

健康问答

老年口腔患者如何护牙?

牙周病的口腔卫生宣教是治疗牙周病最关键的一步。值得一提的是,所有的牙周病患者在治疗完之后,要通过清除牙菌斑的器械等来清除牙菌斑,维护口腔卫生,并定期复查。那么,在生活中,牙周炎患者如何护牙? 你有何护牙小妙招呢? 本期《健康问答》邀您来参与。请将答案通过短信的形式,发送至15980068048。我们将于下期健康在线专版公布答案,并送上小礼品。

问题:牙周炎患者清除牙菌斑的器械都有哪些?

A.牙刷 B.牙线 C.牙间隙刷 D.冲牙器 E.以上都是

指导单位

晋江市卫生健康局

特约协办

电话0595-85891234

预约咨询时间:24小时,节假日无休

门诊就诊预约方式:晋江市中医院微信公众号预约、电话预约、自助机预约

地址:晋江市泉安中路1105号

科室巡礼

晋江市中医院口腔科 “从关爱牙齿到促进全身健康”

晋江市中医院口腔科现有医生3人,其中主治医师1人,住院医师2人。呵护每一位患者的牙齿,从关爱牙齿到促进全身健康,是晋江市口腔科全体医务人员终身追求的目标。

科室拥有优良先进的治疗设备,包括牙科CBCT机、超声波洁牙机、电子根长定位仪、成套牙科器械消毒设备及各种先进诊疗器械。

实行严格的器械消毒制度。晋江市中医院口腔科制度规范,确保“一人一机一用一消毒”原则,杜绝诊疗过程中的交叉感染。

历年来,科室承担着泉州医高专等学校的教学任务。经过多年的发展,晋江市中医院口腔科已发展成为一支配合默契、技术精湛的医疗团队。

值得一提的是,早在2006年,口腔科便开始开展口腔颌面部骨折整复手术,帮助颌面外伤的患者得到及时有效的治疗。现开展的业务包括:龋病的预防和综合治疗、根管治疗术、前牙美容修复、牙体严重缺损和牙外伤(如牙齿折断等)的保存治疗修复、窝沟封闭术、全口义齿修复、口腔颌面部创伤救治与骨折整复、阻生智齿和埋伏牙的拔除、颌骨囊肿病变手术、口腔粘膜病诊治、牙周病综合治疗。



晚晴医讯

风湿免疫科专家 将到市中医院坐诊

本报记者 吴清华 通讯员 洪尚妙

本报讯 目前,风湿性疾病日益增多,国内风湿病专家紧缺。为方便晋江地区老百姓就近看病,晋江市中医院特邀厦门大学附属第一医院风湿免疫科石桂秀教授到院坐诊、咨询。据悉,本次门诊时间为周五(3月26日)上午9:00开始,出诊诊室在晋江市中医院门诊五楼名医工作站。

值得一提的是,本期专家为石桂秀医生。他是主任医师,研究生/博士生导师,加拿大蒙特利尔大学博士,厦门大学附属第一医院风湿免疫科科主任/科研部主任,厦门大学医学院教授,厦门市双百计划引进人才。

据中医院张莹坦医生介绍,有意向的市民朋友,可通过以下方式进行预约——预约微信号:zyt5416068;预约电话:0595-85891234。

专家风采

赵志勇 主治医师,本科学历,福建省口腔医学会口腔粘膜病专业委员会委员。擅长:颌面部骨折整复,颌面部肿瘤切除,阻生牙及埋伏牙拔除,口腔正畸,义齿修复,粘膜病的诊治,牙周病的综合治疗。

杜梅雪 住院医师,本科学历,从事口腔专业十余年,具有较丰富的临床经验。工作中对每一个病人认真负责,对技能操作精益求精。

庄春燕 擅长现代根管治疗,义齿修复,阻生牙拔除术等,牙周病治疗,儿童口腔疾病治疗等。

本版由本报记者吴清华采写