

为什么恒牙会缺失? 牙齿缺了怎么办?

——常见牙缺失治疗方法科普

牙好,胃口就好。人类自身有两副牙齿,乳牙列和恒牙列,从6岁开始,乳牙列逐渐被恒牙列所取代,11-13岁左右替换结束。那为什么我们的恒牙会缺失?缺失后我们该怎么办?

牙齿缺失,首先是外伤导致,由于受到撞击、摔倒等外力作用于面部,导致牙齿脱离支持组织而脱落缺失。此外,还有市民熟知的龋病,在民间被称为“虫牙”,是由细菌感染引起的牙体硬组织腐败和缺损的一种慢性进行性疾病。随着病变进展,牙齿结构逐渐破坏,最终可能导致牙齿丧失。牙周病在民间被称为“火牙”,是

一种由牙菌斑生物膜引起的长期口腔感染,会导致牙龈红肿、出血、疼痛等症状,严重时可引起牙槽骨吸收和牙齿松动甚至脱落缺失。另外,也会有人存在先天性牙齿缺失和遗传性牙齿缺失的情况。

如果发生牙缺失,有哪些治疗方法?首先是活动义齿修复,就是通常说的活动牙,由基托和卡环组成,即利用卡环(金属钩)挂在邻牙牙面上,缺失部分用树脂牙修复。能够起到一定的固位作用,可以自行摘戴,方便清洁,不需要磨除很多的牙体组织,缺点是咀嚼功能恢复较差、美观性

差,初戴时会有一定的异物感,固位及舒适度略差。活动义齿不受年龄限制,一般在牙齿拔除后1-2个月左右即可修复。其次,是固定义齿修复,利用缺牙两侧的天然牙、牙根做桥墩,通过牙体预备用烤瓷冠、金属冠或全瓷冠修复。将牙齿连接在一起的修复方法。由固位体,桥体和连接体三部分组成,具有良好的固位力与抗力,假牙不能自由摘戴。假牙与牙(真牙)大小和外形及色泽相似,戴用舒适美观且咀嚼功能恢复好。由于要磨除相对多的牙体,目前仍有部分患者不愿接受。固定修复需18周岁以上。一般

在牙齿拔除后3个月修复。

此外,还可以采用人工种植体植入颌骨获取固位支持的修复体,其结构主要分为三部分:种植体、基桩、上部修复体,种植体承担固位支持和合力传导功能,基桩及上部修复体起到恢复咀嚼、美观、发音的功能。在缺牙区植入种植体,待种植体与骨组织完全愈合后再修复牙冠。此种方法不需要磨牙,对两侧牙齿无损伤,适用于大多数健康的成年人,咀嚼功能好,一般不主张未成年人做种植义齿。与上述两种修复方法比较,费用较高。目前随着我国种植牙集采政策的实行,价格

有了大幅度地降低,价格劣势大大减小,是目前比较理想的修复缺牙方法。一般上颌牙齿拔除后5-6个月左右,下颌牙齿拔除后3-4个月左右做种植修复。

当然,牙齿缺失了,具体能不能修复、怎么修复,效果怎么样,需要去正规医疗机构口腔科,做一个全面的临床检查及辅助检查,严格掌握好各种修复方法的适应症及禁忌证,根据个人具体情况,制定并选择最佳的个性化治疗方案,修复自己缺失的牙齿,提高自己的生活质量。

淄博市中心医院口腔科
王胜利

身体出现这7个症状 快按运动“暂停键”

常说多运动对身体有好处,但是,这个“多”是在身体条件允许的情况下运动,要适量而不是过量。每个人的身体素质不尽相同,针对自身状况的适宜运动量也就不一样。既要达到锻炼效果,又要预防运动损伤,这就需要了解什么是运动过量的信号。

运动过量的信号可能是由于运动前的准备不够充分,也可能出现在运动过程之中,具体来说,身体出现以下7种状况,您应该马上暂停运动。

警报1 运动时心率飙升

如果身体状况欠佳,却勉强进行剧烈运动,导致心率突然飙升,这可能预示着心脏病发作。应该根据自己的具体情况调整节奏,不要贪多贪快,要确保锻炼之间给身体足够的休息时间。您可以根据心率来进行调整,一般建议,运动时使心率保持为最大心率的64%~76%(中等强度运动),不要超过您的最大心率。

最大心率的简易计算公式为220减去您的年龄。比如您今年是40岁,那么最大心率就是180次/分,中等强度运动心率为115~137次/分。

如果运动强度并不大,但心率经常超过最大心率的90%,或者出现心悸、心慌、心律失常等表现,可能是心脏病的危险信号,应该尽快就诊检查。

警报2 胸痛或胸部不适

运动过程不应该出现胸痛,如果在运动期间或运动后感到胸痛或者胸闷,尤其是伴有恶心、呕吐、头晕、呼吸急促或者突然大汗淋漓,应该立刻停止运动并且拨打120急救电话。

警报3 突然呼吸急促

如果运动时您的呼吸频率没有加快,说明您可能在偷懒。不过,由运动引起的呼吸急促,需要与心脏病发作、心力衰竭、运动诱发哮喘或其他疾病导致的呼吸急促进行鉴别。

如果您觉得运动项目很轻松就完成了,但却突然感觉气短,上气不接下气,这时候应该立刻停止运动,赶紧就医。

警报4 头晕、大汗淋漓

如果运动过程感觉头晕,可能是运动过猛或者没有足够的能量。这时候,应该停下来喝水或者补充点能量,要是头晕没有缓解,或者头晕伴大量出汗、意识模糊甚至昏厥,这可能是由于脱水、糖尿病、心脏病等,需要尽快拨打120紧急送医救治。

警报5 感冒发烧

如果您出现感冒、发烧、流感等不适,建议先把病治好再运动。在急性病情况下,您的免疫系统正在忙着对抗病毒和细菌感染,如果您再运动,免疫系统就会“分身乏术”,不仅运

动效率降低,还可能加重疾病症状。尤其是重感冒时进行高强度运动,可能引发危险,危及生命。

警报6 腿抽筋

运动时腿部抽筋是经常发生的事情,但不应该被忽视。大多数时候,腿抽筋与血钾水平较低、脱水或者电解质失衡有关,尤其是炎热天气下可能与热射病有关。但是,腿抽筋也可能是腿部动脉阻塞的征兆。

运动时如果出现腿抽筋,应该立刻停止运动,局部冰敷可以缓解运动抽筋,运动后拉伸时也需要按摩抽筋的肌肉。

警报7 关节肿胀或疼痛

运动时感到肌肉酸痛是正常的,但如果您突然感到关节疼痛或者肿胀,就应该立刻停止运动。

关节肿胀和疼痛可能是关节受损的迹象,为安全起见,应该休息一下,可以在关节疼痛处进行冰敷,必要时咨询专业医生。

据《北京青年报》

孩子注射生长激素后频频生病 多地出现相关病例 医生提醒滥用有风险

近日,“6岁孩子打激素长高后频繁生病”话题登上热搜,引发社会关注。北京、上海、广东等地数十名给孩子注射过生长激素的家长发现,他们的孩子虽然身高有所改善,但各种副作用也不少。

注射激素后频繁生病

深圳市民何丽(化名)的孩子6岁,身高109厘米,根据“儿童身高数值对照表”属于“矮小”范围。何丽焦虑得整宿睡不着。于是,她带着孩子去医院就诊,让医生给孩子注射一年的生长激素。

注射之后,孩子的身高从109厘米长至120厘米,一年内长高了11厘米,而没打激素的前一年只长高了五六厘米。可副作用也随之而来,孩子经常出现感冒、发烧等症状,却找不到病因。此外,每次上完体育课,孩子总感觉肌肉酸痛,早晚还会出现不明原因的头晕症状,而这些情况在打激素前从未有过。而停止注射生长激素后,孩子的身体状况逐渐恢复正常。

近年来,医学上主要用于治疗矮小症的生长激素,在家长圈颇受欢迎。有家长看到孩子身高低于同龄人,或者想让孩子长得更高,便想到给孩子注射生长激素。

据业内医生介绍,儿童生长激素的全称是基因重组人生长激素,这种生长激素只能用于治疗生长激素缺乏症、特发性矮小、SGA出生后持续生长迟缓、短肠综合征等,不能擅自扩大治疗范围。

家长们的身高焦虑还催生代购激素产业链。家长们想方设法在网络上寻求异地、低价拿药渠道,在“长高生长激素交流群”等之类的社交群,不时能见到低价代购生长激素的相关信息。

随意注射副作用大

北京、上海、广东等地数十名给孩子注射过生长激素的家长发现,他们的孩子虽然身高有所改善,但各种副作用也不少。

北京居民苏青(化名)的女儿小禾今年9岁,身高134厘米。一般来说,这个身高处于正常水平,但小禾在私立医院检测出骨龄偏大两岁,于是她听从该院医生建议,让孩子补充生长激素来“追高”。打完生长激素的第一天,小禾就出现明显的不适症状,头晕呕吐,完全无法进食,必须平躺才能缓解。第二天,孩子的头晕症状有所缓解,但仍无法正常进食。第三天凌晨,孩子开始发高烧。直到第四天,各种不适症状才有所缓解。

记者从浙江某三甲儿童医院了解到,如果孩子身高较严重偏离平均身高,存在要打的可能,也必须达到疾病状态的矮小才有必要使用生长激素治疗。同时还要注意,有些特殊的矮小性疾病不适合甚至禁忌,如软骨发育不全,生长激素就不太适合;Bloom综合征也应禁用生长激素。

“要不要注射生长激素,一定要找专科医生做严格的评估。”河北某医院一名儿科医生向记者介绍,即使经医生评估身体状况可以打生长激素,也有可能产生副作用,比如血糖升高、内分泌紊乱,部分儿童还可能出现甲状腺机能减退,或者伴有有关节疼痛、脉管综合征、肌痛、僵硬等。

有医生指出,儿童注射生长激素需要指征,不能单纯依据儿童身高判断是否需要注射。目前生长激素有被滥用的苗头,可能会给使用者带来内分泌紊乱、股骨头滑脱、脊柱侧弯等健康风险。

据《北京晚报》

