



□本报记者 魏应钦 文/图

9月20日是第35个“全国爱牙日”，今年的宣传主题是“口腔健康全身健康”，副主题是“关爱老年口腔 乐享健康生活”，旨在通过爱牙日活动，加大口腔防治知识宣传教育力度，增强人们的口腔健康观念和口腔保健知识，建立保健行为，重点关注老年人口腔健康，营造有利于口腔健康的良好社会氛围。新华区人民医院老年病科主治医师陈丽说：“口腔健康与全身健康息息相关。”



▲9月15日，平顶山学院附属口腔医院的医务人员到市区一家养老机构进行义诊。

老年人口腔问题多

## 痛在牙上，病或在全身

老年人口腔问题多

牙不痛就不管、牙缺失不修复……9月15日上午，平顶山学院附属口腔医院(市口腔医院)的医务人员到市区一家康养中心义诊(右上图)，发现不少老年人存在不同程度的口腔问题，在护牙爱牙方面存在不少误区。

57岁的市民董先生有几颗牙齿松动很长一段时间了，但他一直不以为意，觉得人老了掉牙很正常。近日，在平顶山学院附属口腔医院组织的义诊活动中，医

生发现董先生患有老年牙周炎，提醒他要及时诊治，以免病情进一步发展。

平顶山学院附属口腔医院牙周黏膜科主任余方方表示，老年人由于生理衰老、器官功能减退以及全身性疾病，对口腔健康的影响尤为明显。从中年到老年，口腔疾病的发生和发展是一个渐进的过程，各种口腔疾病均呈上升趋势。老年牙周炎患者的病情一般较重，但年龄增长不是患牙周

炎的原因，而是一生中疾病及致病因素累积的结果。老年人口腔问题的特点是：卫生状况较差，牙周附着丧失较多，牙槽骨吸收严重，牙龈退缩普遍，常伴有水平性食物嵌塞、根面暴露或根面龋，根分叉病变、牙齿松动移位明显以及存留牙少，常伴有各类修复体、咬合关系差等问题。另外，由于老年患者常伴有各种系统性疾病，给牙周病的诊断和治疗带来一定的困难。

口腔问题与全身健康密切相关

60多岁的市民薛先生近来频繁牙痛，他以为是上火所致，就没有太在意。后来，症状愈加严重，他来到平顶山学院附属口腔医院就诊。经过检查和询问病史，医生发现他没有明显牙病，且牙痛位置在左侧，遂建议他到综合医院的心内科就诊。在新华区人民医院，医生为薛先生进行了详细检查，确诊为心梗。

“口腔健康与全身健康息息相关。”新华区人民医院老年病科主治医师陈丽说，老年人常见的口腔面部问题包括以下五个方面：

一、牙痛。引起老年人牙痛的原因很多，如龋齿加重引起的牙髓炎、根尖周炎、牙周炎以及牙体敏感过敏、三叉神经痛等，还有可能与心梗有关

二、口臭。老年人口腔内唾液分泌减少，食物残留、牙周病、牙垢和牙结石堆积、清洁假牙不彻底以及糖尿病器官功能障碍等全身性疾病都会导致口腔异味。

三、口腔炎。老年人因年龄增长导致新陈代谢失衡、免疫力降低，口腔黏膜变薄、萎缩角化或干燥，更易敏感，引起口腔灼热、

溃疡、疱疹、白斑等。

四、长期缺牙。对于老年人来说，不管是自然或病变导致脱落的牙，长期缺牙而不及时修补的话，剩下的牙齿移位且错位生长，易导致牙列不齐和消化等方面的问题。但老年人往往对这些病变不太敏感，等到发现的时候，已经进展到了比较晚的阶段。

五、脸变形。牙齿缺失、牙龈和牙槽骨萎缩、假牙制作不良、颞颌关节失调、肿瘤等都会导致老年人面部形态改变。

早发现、早诊断、早治疗

“老年人口腔健康的目标是保留更多功能牙，维持口腔正常功能状态。”余方方说，老年人要增强口腔保健意识，树立正确的口腔健康观念，消除“人老掉牙”的旧观念，掌握科学的口腔保健方法，努力使自己终生拥有健康的牙齿。

陈丽表示，老年人要从以下方面养成良好的口腔保健习惯：

一要坚持早晚刷牙、漱口。每次刷牙不少于3分钟，选择适合自己的软毛牙刷，最好交叉使用两种以上含氟牙膏，提倡喝茶或用茶水漱口。

二要定期口腔检查。每年至少做一次口腔检查。口腔检查是牙齿护理过程中非常重要的一部分，有助于及时发现口腔疾病，并早诊断、早治疗。定期洗牙能有效清除牙菌斑、牙结石。若发现口腔有咀嚼无力、牙龈出血、口臭等情况，要及时检查治疗。

三要慎重拔牙。要珍惜每一颗牙齿，牙齿拔一颗少一颗，只有经过专业的口腔医生认真检查，确认无法修补保留甚至有害健康时，才考虑拔牙。

四要保持科学健康的生活方式。戒烟、限酒，多吃富含维生素的蔬菜和水果，避免吃过冷、过热和过于坚硬的食物，坚持叩齿锻炼和牙龈按摩。

## 气温降低，医院儿科门诊量大增

多为病毒感染和支原体感染

□记者 杨岸萌

本报讯“周四(9月14日)那天门诊量还在100人左右，周五开始上升到140人，今天门诊量已经达到了200人。”9月16日下午，平煤神马医疗集团总医院(以下简称总医院)儿科主任张鹏结束一天的门诊后说，根据就诊情况，大多数孩子都是病毒感染导致的发烧咳嗽，主要是人鼻病毒感染、腺病毒感和支原体感染。

张鹏说，由于气温变化，儿童免疫力低再加上病毒性感染易传染，开学后又在相对密闭的教室内，患儿的数量大大增加。在诊疗过程

中，张鹏发现不少家长上午给孩子吃药打针，烧还没退下来，下午就让孩子去学校上课。“这样对孩子的康复不利，也会传染其他孩子。”张鹏说，“有病了就好好治病，康复了再去上课。”

这段时间被支原体感染的孩子，有些家长不太重视，自作主张给孩子服用消炎、去火、退烧药，等不见效再到医院检查，已经发展成了大叶性肺炎。现在，总医院儿科病房住着近60个孩子，大多是大叶性肺炎患儿。

“我和姐姐住得近，家里的几个孩子放学后经常来回串门玩耍。前几天，先是7岁的外甥女发烧咳嗽，

一检查是大叶性肺炎，刚好一点儿还没出院，我的小儿子也被检查出大叶性肺炎，打了几天针，现在稍好一点儿了。”正在陪护孩子的朱女士说，这两天，她按照医嘱要求俩孩子多喝水，不让他们到人多的地方去。

张鹏说，对于轻症的人鼻病毒感染和腺病毒感染，除了让孩子多喝水、适时添加衣物、清淡饮食外，还可以对症服用抗病毒药物进行治疗。如果有发烧、精神不好等症状，要及时就医检查。如果是支原体感染，应立即对症治疗，避免发展成大叶性肺炎。他还建议家长带孩子打一些肺炎、流感等各种疫苗，增强自身免疫力。

## 导读 DAODU

郑州银行平顶山分行成功堵截多起涉诈案件

[B6]

我市黄金消费市场火热 业内人士：理性购金别盲目追涨

[B8]



健康视界



平顶山金融圈