



牙齿表面有裂纹警惕牙隐裂

■ 赵亦笙

你有没有过这样的经历?明明平时牙很好,但是一吃饭就突然开始牙痛;咬到硬物时,还会有一阵钻心的疼痛;再严重点,喝冰汽水都牙疼;甚至晚上睡觉时牙齿也痛得厉害……这很有可能是牙隐裂在作怪。牙隐裂是临床上比较多见的口腔疾病,但由于裂纹不明显,所以很容易被忽视,以致延误治疗。那么,牙隐裂到底是怎么回事?我们该如何防治呢?

什么是牙隐裂

牙隐裂是指在牙冠表面出现非生理性的细小裂纹,医学上也称不全牙裂或牙微裂。肉眼很难发现牙隐裂,但裂纹却可以深入到牙本质结构,导致牙痛。碰上酸甜辣、冷热的食物,就会刺激牙神经,产生痛感,但痛感过一会儿就会慢慢消失。这样的裂纹牙会让人不适,并反复发作。如果持续时间长,细菌就会通过裂纹侵袭牙神经,进而发展成牙髓炎。

引起牙隐裂的原因通常包括内因和外因两个方面:内因主要是牙体组织结构因素和牙体解剖因素。由于牙齿各部分的形态、厚薄和结构不同,抵抗外力的能力也不同。在很多情况下,隐裂发生在点、隙、裂、沟附近。因磨损不均而存在高尖陡坡的牙齿,咬合时会受到较大的水平向分力,这对牙齿具有破坏性;外因主要是由于在咀嚼中突然遇到沙砾、骨渣等,会使某个牙齿承受的咬合力骤然加大,这种突然变大的咬合力极易造成包括牙隐裂在内的牙体硬组织损伤,这种情况被称之为“咀嚼意外”。

牙隐裂自我检查方法

1. 牙齿出现较长时间的咬合不适和咬在某一特殊部位时会发生剧烈疼痛。
2. 可通过叩诊定位,用一个比较小的勺子敲击牙齿的表面,如果敲击中处出现明显的疼痛感,就有可能是在隐裂的所在部位。
3. 吃冷酸的食物牙齿会出现显著的疼痛感,牙齿又酸又痛,根本咬不下东西。患牙隐裂处冷敏感是最

明显的。

4. 可把一根干净的经过消毒的棉签放进嘴巴里,用牙齿用力地咬这根棉签,如果咬棉签的过程中出现疼痛感,就可初步判断是牙隐裂。

如何避免牙隐裂

任何疾病都重在预防,牙隐裂也不例外,不要等到牙齿出现了问题才去修补。那么到底如何预防牙隐裂呢?喜欢吃硬质食物的老人改变一下饮食习惯,尽量吃软一点的食物,以减轻牙体组织受到的咀嚼压力;避免用门牙嗑瓜子或咬其他硬物。不要进食大量坚果或有坚硬外皮的食品。许多男士喜欢用牙开酒瓶盖,这是一个很坏的习惯;不要惯用一边口腔咀嚼,左右两边分散使用,让不同牙齿分担压力;进食时,应细嚼慢咽,可以减轻牙齿的负担,也不容易被食物里的硬物,如米饭里的沙砾所误伤。

如果已经有牙隐裂的症状,应及早去医院就诊。牙隐裂多发生于上颌磨牙,其次是下颌磨牙和上颌前磨牙。由于牙齿最外层的牙釉质在牙齿发育完成后即停止生长,故牙隐裂不会自愈。专家建议,一旦出现牙隐裂导致牙剧痛,应及时去口腔医院进行对症治疗,否则牙痛会进一步加重。早期牙隐裂可采用调磨过陡的牙尖,降低咬合面或做一个全冠修复体将牙包起来,使牙齿不再裂开。若已出现明显冷热刺激痛或自发性剧痛,则需要做牙髓治疗或根管治疗,然后再做全冠修复。若裂纹已达牙根部,则只能拔除患牙了。拔牙后2~3个月可镶一颗义齿,以恢复正常咀嚼功能。

新桥医院肾内科实验室获得重庆市科技创新基地新认定

本报讯(通讯员 李春梅)近日,重庆市科技局2018年度新认定重庆市重点实验室名单出炉,由陆军军医大学新桥医院肾内科牵头的“慢性肾脏病防治重庆市重点实验室”获得科学与工程研究类重庆市科技创新基地新认定。

慢性肾脏病防治重庆市重点实验室由陆军军医大学新桥医院肾内科主任赵景宏教授领衔,主要从事慢性肾脏病及其并发症的发病机制与防治,肾小球疾病免疫炎症发病机制、肾脏发育与再生修复研究,新型肾脏替代治疗技术转化应用及评价研究等方面的研究。

根据《重庆市科技创新基地优化整合方案》规定,重庆市重点实验室属于科学与工程研究类重庆市科技创新基地,定位于聚焦全市战略目标,围绕重大科学前沿、重大科技任务和重大科学

工程,开展基础研究和应用基础研究等,推动学科发展,促进技术进步,发挥原始创新能力的引领带动作用。

慢性肾脏病防治重庆市重点实验室获得市级科技创新基地新认定,凸显了陆军军医大学新桥医院肾内科在慢性肾脏病防治领域的科技优势与实力,形成国内领先、西部引领的人才培养基地和国内外合作交流平台,实现区域内慢性肾脏病管理的大数据网路覆盖,有利于快速提升重庆市肾脏病科学研究和临床诊治技术在全国的学术地位,实现与国际、国内肾脏病合作交流的高层次对接。该重点实验室的建立将在更高的平台上开展更为全面的肾脏病防治研究,将拉动区域肾脏病科学研究及临床技术水平的跨越式发展,为改善我国和西部地区目前慢性肾脏病防治的现状做出贡献。

开州区移动互联网医院上线

■ 胡冬梅 刘小亚

近日,开州区人民医院“移动互联网医院——患者移动服务平台”正式上线,标志着该院逐步迈入“智慧医疗”时代。患者只需登录该平台,便能实现从门诊到住院的全流程医疗与健康无纸化闭环服务。据悉,这也是目前开州区首家具有在线服务能力的医疗机构。

“这是医院迈向建设智慧医院的重要一步,也是未来医院的发展趋势。”开州区人民医院院长谭晓均说。平台的上线运行,让辖区群众优先享受到了移动“互联网+”带来的就医便捷,实现以“病人为中心”,帮助患者合理安排就诊时间,随时随地连接与享受医疗服务,为人民群众提供安全、有效、方便的医疗服务。

据悉,此次上线的“移动互联网医院——患者移动服务平台”,系开州区人民医院与开州区建设银行共同投资470余万元打造。主要含有窗口扫码支付平台、自助机支付平台、公众号服务平台,安装了27台立式、49台壁挂式自助机,覆盖全业务流程。患者通过操作自助机或者关注“开州区人民医院微信公众号”等渠道完成在线建卡、在线身份认证等操作后即可使用。方便患者享受智能导诊、预约挂号、诊间付费、查看检验报告、就医反馈等服务,不需要排长队,全程无纸化,患者就能获取从门诊到住院的全流程医疗与健康服务。

加强伤害预防 增进百姓健康

本报讯(通讯员 袁增全)近日,重庆市预防医学会召开伤害预防与控制专业委员会成立会,来自重庆医科大学,重庆医高专、市、区、县疾控中心等29个单位的工作人员及相关卫生科技人员共计40多人参加成立会。

伤害是中国居民的第五位死因,我国每年约发生各类伤害2亿人次,并造成70~75万人死亡。健康中国2030提出预防和减少伤害,加强儿童和老年人伤害预防和干预,预防和减少自杀、意外中毒。预防伤害是涉及多部门的工作,重庆市现已有国家级慢性病综合防控示范区22个,省级示范区9个,建立了政府主导、部门协作、社会动员、全民参与的慢性病防控工作机制。

为了更好地推进重庆市伤害预防控制学科发展,提升伤害监测与干预的理论水平,推动全市伤害预防控制工作实现全覆盖,经重庆市预防医学会研究,成立重庆市预防医学会伤害预防与控制专委会。专委会的设立将团结和带领广大会员及卫生科技工作者,充分发挥多部门、多学科的专家优势,充分利用国家慢性病综合防控示范区建设平台,整合资源,建立和完善我市伤害监测网络,建立政府主导、部门协作、社会动员、全民参与的伤害防控工作机制和防治康保一体化防治体系,提升伤害监测与干预工作水平,积极开展伤害预防与控制学科研究与学术交流,培养和壮大伤害防控专业队伍,努力打造伤害预防与控制精英团队,全面推进我市伤害预防与控制全覆盖,为切实降低伤害带来的疾病负担,实现健康中国2030提出的预防与减少伤害目标,保护和增进人民身体健康做出新的贡献。