

牙齿出现小黑洞要及时治疗

□ 张婷婷 胡田田 记者 李皖婷/文 周诚/图

怎样预防牙齿“小黑洞”的发生？为什么补牙越早越好？牙隐裂是怎么回事，怎么治疗？口腔内的残根、残冠是否要拔除？7月28日上午9:30~10:30，本报健康热线0551-62623752，邀请合肥市口腔医院牙体牙髓二科主任徐勃与读者交流。



本期指导专家：徐勃

副主任医师，长期从事龋病、牙髓病、根尖周病的诊断治疗，具有丰富的临床经验，擅长前牙外伤无痛治疗、牙隐裂的诊断与序列治疗。

牙齿出现小黑洞要及时治疗

读者：牙齿出现了小洞，无疼痛感，是否也需要进行治疗？

徐勃：龋病是一种牙体硬组织在细菌等多种因素作用下，遭受慢性破坏的牙体疾病，主要表现为牙齿出现“小黑洞”，俗称龋洞。若不及时治疗，将可能破坏到牙神经，导致牙髓炎。因此，出现“小黑洞”，一定要及时充填治疗，阻断龋病的进一步发展。

预防龋齿饭后要多漱口刷牙

读者：怎样预防牙齿“小黑洞”的发生？

徐勃：预防“小黑洞”的发生，主要是清除口腔内的牙菌斑，并注意防止牙齿受到酸性物质的浸润，导致表面矿物质溶解，形成小的缺损面。具体方法为饭后多漱口刷牙；少喝碳酸饮料，少食（糖）甜品，并及时用清水漱口；刷牙宜选择含氟牙膏，增强牙体的抗酸能力。

下期预告

治先兆流产 首选中医

随着社会节奏的加快，生活压力的增大以及对怀孕早期先兆流产症状的不重视，先兆流产的病人越来越多。怀孕时出现下腹痛、腰酸或阴道出血，需及时到医院就诊。什么是先兆流产，先兆流产如何自查？如何避免先兆流产？下周二（8月4日）上午9:30至10:30，本报健康热线0551-62623752将邀

牙隐裂要引起重视

读者：牙隐裂是怎么回事，怎么治疗？

徐勃：牙隐裂是指在牙冠表面出现非生理性细小而不易发现的裂纹，常常导致咬物不适、遇冷热有刺激疼痛，或某一特殊部位疼痛剧烈。牙隐裂与先天牙齿发育缺陷、病理性牙齿磨耗和不当治疗有关。无明显症状、浅表的隐裂，一般进行调合，充填治疗；对发展到牙髓炎的深隐裂，要先进行根管治疗，再行全冠修复；对发展至根尖炎，并伴随有牙周组织破坏的深隐裂，则需要拔除患牙。

老年人治牙要有全面计划

读者：老年人口腔内坏牙、松动牙、缺牙多，治疗时应注意什么？

徐勃：老年人口腔问题比较复杂，建议及时到口腔内科进行口腔全面检查，确定出治疗计划。按照先治疗患牙，再拔除难以保留的牙，最后再修复缺失牙的程序，逐步把口腔中的牙齿诊断治疗好，恢复口腔生理咀嚼功能，提升生活质量。

夏季易患急性化脓性根尖周炎

读者：急性化脓性根尖周炎主要有何表现？

徐勃：根尖周组织化脓性炎症临床上主要表现为，患牙出现自发性跳痛，牙齿松动、牙龈红肿，不能咬合。严重者出现颌面部肿胀、疼痛，常伴有体温升高，全身乏力。夏季高温，部分未经过治疗的残根、残冠，由于口腔卫生不良易发生急性化脓性根尖周炎。

补牙不能一次完成

读者：为什么补牙不能一次完成？

徐勃：如果单纯的是一个牙洞，没有伤及到牙髓（俗称牙神经）的话，完全可以一次充填好。很多人到牙疼的时候再去补牙，这个时候已经发展成牙髓炎了。如果这个时候再直接补上材料的话，反而会加重疼痛。如果想让这个疼痛的牙以后不出问题，最好的治疗方法就是根管治疗，也就是人们常说的“抽牙神经”。抽牙神经一般需要三大过程：预备根管、消毒根管，最后充填根管。有的医生喜欢这三个过程分三次做，也有医生把前两次一次完成，所以，这样的话，补一个牙就需要来两到三次，而不是一次充填完毕。

请安徽中医药大学第二附属医院妇科主任田丽颖为您提供健康咨询。

田丽颖，主任医师，教授，硕士研究生导师。从事中医妇科临床30余年，擅长运用针灸中药结合现代医学防治不孕症，并对先兆流产的治疗有独特的心得。 杨波 胡田田 记者 李皖婷

一周病情报告

酷热难耐 小心中暑

近日气温持续攀升，让人觉得闷热难耐。合肥市一院门、急诊收治的中暑患者人数明显增多，其中以颅脑疾患的病人，身体耐热能力差的老人和产妇为容易发生中暑的高危人群。

该急诊科杨静主任提醒市民，防止中暑应改善劳动环境和居住条件，隔离热源，做好防暑降温准备。夏季出行尽量减少户外活动，特别是在午后气温最高的时候。出行时，要做好个人的防护，涂抹

防晒产品，注意遮阳，避免长时间暴露在日光下。外出旅游的市民，应该带些防暑药物，如人丹、清凉油、风油精等。在烈日下工作时应注意佩戴帽子，穿宽大浅色衣服，多注意休息，随时补充携带的开水或盐开水。

一旦发现身边有人出现中暑症状，应立即将病人从高温环境中转移到阴凉的通风处，并迅速送其至医院进行救治。 苏洁 胡田田 记者 李皖婷

想学五禽戏、八段锦？ 专家免费教

五禽戏和八段锦都是优秀的中国传统保健功法，其动作简单易行，功效显著，做完一整套不过十二分钟，但认真完成每一套动作，都会达到调心、调气、调形的效果。现在，你也有机会学习啦！

每周一至周六的早晨7:30，安徽省针灸医院康复中心主任董贇都会在医院内三楼康复中心教授五禽戏和八段锦，市民可以前去免费学习。董贇提醒市民，在练习八段锦或是五禽戏的时候要注意精神集中，全身放松，调整好呼吸，动作不宜过快，坚持每天练习。 杨波 胡田田 记者 李皖婷

孩子咳嗽老不好！ 或是过敏

孩子总是咳嗽，消炎药、止咳药吃了不少，为啥还是越咳越厉害？记者昨天从各大医院了解到，近年来因久咳来就诊的患儿逐渐增多，不少都是过敏惹的祸。

3岁的萌萌（化名）最近总咳嗽，干咳无痰，在夜间清晨明显，运动后还会加重。家长给萌萌吃了很多止咳消炎药都没有效果。去医院检查后发现，萌萌患的是咳嗽变异性哮喘，外加过敏性鼻炎。

“这样的孩子对各种外界刺激物的感应性很高，稍有刺激如呼吸道感染、刺激性气体、飞扬的尘埃、寒冷、疲劳以及某些食物过敏等，就会发生咳嗽。”安医大一附院儿科副主任医师丁圣刚提醒，若发现孩子总是咳嗽，不要自作主张给孩子吃消炎药、止咳药，这样既延误病情，又会造成抗生素的滥用和耐药性的上升，而且很容易会发展成支气管哮喘。

其实，小儿久咳不愈，做个过敏原测试即可明确是否过敏所致。环境中有很多过敏原导致的过敏性疾病，我国儿童室内最常见的过敏原为螨虫，其次为动物毛、蟑螂、霉菌等，室外的有花粉、艾蒿、豚草等。 杨波 胡田田 记者 李皖婷

夏季贪空调 关节病易发作

入夏以来，因关节受凉诱发疼痛前往医院就诊的患者明显增多，他们大多反映腰腿关节酸痛，全身无力。合肥市一院关节外科医生解释说，骨性关节炎的发病机理非常复杂，除正常的生理机能退化外，寒冷和潮湿等气候因素，是诱发关节炎的重要原因。

医生提醒广大市民，夏季也应该注意保暖，开空调时要盖薄毯。饮食要合理、增强营养，有助于关节炎的恢复。大汗后不宜立即接触冷水或用冷水洗澡。适当的功能性体育锻炼能够增强韧带的力量和膝关节的稳定性，防止腿部肌肉萎缩，能在一定程度上缓解关节痛。但蹲马步、爬楼梯、登山等运动并不适合骨性关节炎患者，这些运动会增加关节负荷，加剧关节磨损。

一旦出现了以关节疼痛为主，呈阵发性酸痛，继之发生运动障碍的症状后，建议患者到专业的关节科医师那里尽早就诊，规范治疗，方能早日康复。 苏洁 胡田田 记者 李皖婷

夏季外出谨防狂犬病

夏季天气炎热，猫、狗的脾气也变得暴躁起来。合肥蜀山区疾控专家提醒，被猫、狗等动物咬伤后，应立即到疾控中心预防门诊或传染病医院门诊接种狂犬疫苗。咬伤后，注射疫苗或抗病毒血清时间越早，免疫效果越好，获得保护的机会越大。

万一被猫猫、狗狗咬伤，越早处理越好。“首先要把伤口用流动的清水冲洗干净，最好能冲洗15分钟以上，确保从伤口完全冲洗掉动物唾液，然后立即去医院处理伤口、接种疫苗。”目前，狂犬疫苗有两种接种方式，一种是五次，0（第1天、当天）、3、7、14、28天各注射1支；另一种是四次，0天注射2支，7、21天各注射1支。

此外，除了狗狗会发怒容易咬伤之外，其他动物的攻击性也变得很强，老鼠咬人、蝙蝠咬人、狐狸咬人的事件也常常发生。被这些动物咬伤，也有得狂犬病的危险，都需要做狂犬病暴露处置。 鲁胜利 胡田田 记者 李皖婷