

新民健康



更多咨询请加入“新民健康”微信公众号
https://wap.xinmin.cn/health/index.htm

本报新民健康工作室主编 | 总第 233 期 | 2019 年 9 月 4 日 星期三 本版策划: 叶雪菲 视觉设计: 薛冬银 编辑邮箱: xmjk@xmwb.com.cn

复旦大学附属中山医院徐汇医院口腔科—— 打造“全科”口腔团队 建立全周期口腔健康管理

口腔疾病是当前老百姓最头疼的一大问题,不看影响生活,去看又怕受苦。上海市徐汇区中心医院/复旦大学附属中山医院徐汇医院口腔科执行主任刘文娟表示,由于口腔健康是全身健康的基础和关键,不仅影响咀嚼、发音等基本功能,而且与心脑血管病、糖尿病、消化系统疾病、骨质疏松、早产和低体重儿出生密切相关。因此,老百姓应关注全周期口腔的健康管理,从而促进全身健康。

叶雪菲



害怕拔牙“上”榔头? 超声频率振动最大程度降低伤害

很多人都曾拔过智齿,谈起拔智齿的经历可谓是“痛不欲生”。印象中是这样的,医生和护士手里拿着锤子和凿子,在自己头顶上“叮叮咣咣”一顿猛敲,剧烈的震荡不仅会让患者很不舒适,甚至还有可能影响听力。如何让拔牙不这么“可怕”,是许多患者的期盼。如今,除了牙钳、挺子,还有专业的拔牙高速手机、微创拔牙工具、超声骨刀等,这些工具不仅能大大降低拔牙时的不适感,还能将周边牙龈、牙槽骨(软硬)组织的损伤降低到最小的程度。

对此,刘文娟主任表示,1880 年,科学家发现,当电流通过陶瓷或晶体时,会导致物体变形及超声频率振动。这一原理在口腔科得到了广泛的应用,最大的优点就是具有软、硬组织识别功能,其所设定的振动频率,只能切割硬组织,不损伤软组织。其次是对骨组织的损伤小,让操作术区视野清晰,出血较少,术后肿胀疼痛感相对较少。

为什么治疗前应先验血?

刘主任指出,如果拔牙或者补牙的器械

没有消毒到位,细菌或病毒就容易通过破损的口腔粘膜、出血的牙龈而传染疾病。不正规的牙医诊所往往忽视器械的消毒,如果前一个患者是传染期乙肝、爱滋等疾病患者,治疗过程中血液和唾液污染了操作工具和设备,就很有可能传染给下一个来结束治疗的患者。因此,一般正规医院的口腔科医生都会建议患者,尤其在拔牙、洗牙等项目前进行验血。

“验血主要是根绝患者需要接受治疗的情况,查血常规、凝血功能、乙肝三系、丙肝、梅毒、HIV 等这些项目。”刘主任继续解释道,“拔牙听上去简单,但实属属于出血性操作治疗范畴,拔牙产生创口就会流血,如果患者的凝血功能比较差,可能因此造成出血不止的危险。另外验血还有一个重要的目的是进行传染病检验,防止交叉感染。在排除了活动传染期的患者经过治疗使用后的器械,我们会经过严格的浸泡、清洗、打包、高温高压消毒等一系列消毒工作,保证所有患者的安全。”

医疗服务升级 “四手”操作让患者更舒适就诊

如今,公立医院医疗资源比较紧张,医护人员往往无法达到国际标准,这让患者常常需要

张嘴等待医生转身去拿各种器具、药物,继而才能进行下一步治疗;“仰卧起坐”式吐水更是让很多身体不便的患者害怕看牙,这不仅延长了治疗时间,持续张口时间比较长,也让患者产生不少诸如是否能达到全程无菌操作等担忧,进一步加剧了人们对口腔治疗的恐惧感。为此,徐汇医院口腔科近年来引进了大量人才,目前医助比几乎可达到 1:1,让每一位患者都可享受到更舒适的“四手”操作。

刘文娟主任介绍,所谓“四手”操作就是在口腔治疗过程中,医生、助手采取舒适的座位,病人采取放松的仰卧位,医助“四手”同时在口腔治疗中完成各种操作,平稳而迅速地传递所用器械及材料,并帮助患者吸取唾液及喷水,无需患者“仰卧起坐”式吐水,也无需患者张嘴等待过长时间,从而大大提高工作效率及医疗质量。将“四手”操作应用到口腔医疗中,是现代口腔专科的发展趋势。

口腔也有“全科”医生 开展全周期口腔健康管理

如今,专科分得越来越细,许多患者在就诊前总会疑惑自己应该挂哪个科,就怕挂错了来回折腾。“徐汇医院口腔科的医生就像全科医生,不

管患者是哪方面的问题,我们口腔团队首先会对患者进行口腔整体检查,并建立个人口腔档案,针对整体的口腔情况进行治疗方案的制定。”刘文娟说到,“有时患者前来要求种牙,但在治疗过程中,我们会首先根据他的口腔情况进行牙周的相关治疗,然后才能进行种牙,这样才是最安全最合理的治疗流程,最大程度的保护患者的治疗成功率;并在种牙完成后嘱咐患者定期检查、保养。”

口腔健康不仅仅是解决目前的口腔症状,徐汇医院的口腔科医生会针对患者不同的口腔情况,从平时的刷牙、漱口,到如何判断口腔疾病的早期症状,治疗过程中不同治疗阶段所需要的步骤,治疗初步完成后的随访,以及定期的口腔检查、保养等等一系列的全周期口腔健康管理,让患者不必奔波于不同科室。主治医生对患者曾经的口腔问题有相当的了解,也就能让患者能够清晰地感受到不同时期应该达到的口腔健康程度,真正做到长期维持口腔健康,使牙齿能够伴随终生。

口腔团队加入“新鲜血液”

刘文娟主任介绍,目前,徐汇医院口腔科进行就诊流程升级,预约制让患者大大减少了花在排队等待上的时间,同时就诊环境更舒适。患者在就诊前就能获知自身的就诊计划,极大程度上降低了患者对治疗的恐惧心理,并能让患者清楚自身治疗进度,积极的配合到治疗当中,对多次的复诊完全能够理解并接受,形成和谐、朋友式的医患关系。

自复旦大学附属中山医院口腔科科主任余优成教授成为徐汇医院口腔科学科带头人后,在医院领导的带领下,口腔科软硬件都得到了大大的升级。余主任带领科室团队在口腔种植及各类口腔疾病的治疗上大力发展,使得口腔科在口腔种植、口腔正畸、口腔修复、口腔内科及口腔外科等各项治疗领域及心电监护拔牙等方面,在同级医院中处于领先地位。

对于重症精神分裂症手术治疗的误区释疑

重症精神分裂症的临床症状复杂,涉及感知觉、思维、情感、意志行为及认知功能等方面。例如患者可能有以下症状,(1)感知觉障碍:以幻觉为主,包括幻听、幻视、幻嗅等;(2)思维障碍:存在多种妄想,如被害妄想、关系妄想、嫉妒妄想、夸大妄想、非血统妄想等;(3)情感障碍:情感淡漠及情感反应不协调比较常见,此外,尚有异常兴奋、易激惹、抑郁及焦虑等表现;(4)意志和行为障碍:多数患者离群独处,对工作、学习和前途不感兴趣,对未来也没有规划;(5)认知功能障碍:在注意力、工作记忆、短时记忆,学习和执行功能等认知方面存在明显缺陷。(6)自伤或暴力行为:严重者存在自伤或暴力伤人行为。上述异常表现,让精神分裂症患者成为社

会和家庭的沉重负担。

通常情况下,对重症精神分裂症患者主要以长期药物治疗为主,但是仍有部分患者存在以下情况:(1)药物无法有效控制某些精神症状;(2)患者拒绝服药或者服药后有严重副作用;(3)暴力行为难以控制,对社会和家庭存在危害。

当前,手术治疗难治性精神分裂症已成为重要的治疗手段,该方法属于立体定向微创治疗技术,对难治性精神症状具有较好的控制作用,让家属更容易管理患者。

但是患者家属对手术仍存在以下认识误区。功能神经科专家对此进行了解答。(1)手术导致残疾:手术治疗靶点选择在情感环路中的神经核团,不在支配运动的神经区域,因此该治疗方法本身不会致

残;(2)手术导致呆傻:手术区域也不在控制智力的额叶等区域,因此不会导致呆傻等情况;(3)手术创伤重:该手术切口仅 3 厘米,颅骨打孔 3~5 毫米,进入脑内的电极 2 毫米,神经核团理论定位偏差不超过 1 毫米,神经核团直径约 10~15 毫米,立体定向神经调控技术确保了电极能够精准进入该核团进行治疗,因此手术创伤非常轻微,术后第 2 天就可以下地行走和正常饮食。

总之,对于重症精神分裂症,手术是可以选择的一种治疗手段。但是,患者是否适合手术治疗,身体条件是否允许接受该治疗方法,这些都需要经过功能神经科专家组的详细检查和认真评估,家属也需要慎重做出决定。

■专家简介

吴景文 担任同济大学附属上海市东方医院功能神经科主任、主任医师;中国研究型医院学会神经微侵袭治疗专业委员会委员;中国医师协会神经修复专业委员会委员;上海市中西医结合学会神经外科专业委员会委员。擅长显微神经外科、功能神经外科、立体定向微创和 SEEG 治疗技术。在难治性癫痫、帕金森病治疗上具有丰富经验。

■活动信息

新民健康特邀经验丰富的精神分裂专家为你宣教解疑解惑,并提供与专家交流机会。

■可以通过以下方式报名

拨打新民健康咨询热线:52920338
或编辑短信“精神分裂+姓名+联系方式”
发送至 137 6483 0341



中秋临近,月饼怎么吃才健康?

中秋节临近,许多人纷纷开始吃上月饼,甚至还有人将月饼当成一日三餐主食。对此,上海交通大学医学院附属同仁医院内分泌内科主任黄珊主任医师表示,健康人群进食甜食也应适量,而糖尿病患者则更应注意甜食的摄入以免加重病情。

市面上的月饼种类繁多,而大

部分月饼,如豆沙月饼、五仁月饼等往往都是高糖食物,黄主任提醒,尽管吃糖并不会直接导致糖尿病,但大量食用甜食会导致胰岛素快速及大量、胰岛功能持续处于应激状态,而胰岛素的过度分泌会导致人体碳水化合物、蛋白质、脂肪代谢紊乱、机体慢性炎症反应,进一步导致慢性疾病的发生,如肥胖症、糖尿

病、心脑血管疾病、龋齿等,对健康不利。没有糖尿病的健康人群,进食甜食也要适量。对于正常体重的成人,推荐每日糖摄入量不超过 25 克,而一瓶大约 500 毫升的可乐,含糖量就高于 54 克,很容易就超标了。如果出现了口干、多饮、多尿、体重减轻等症状需要警惕糖尿病,及时到医院就诊。

有些人认为咸月饼不甜不含糖,吃起来更健康,其实不然。黄主任表示,首先,口感不甜的食物不等于无糖,市面上的咸月饼或其他咸味零食,在制作时也使用大量的白砂糖或蔗糖,总的糖分接近“糖月饼”的 50%。虽然比甜味月饼略少一些,但含糖量仍然很高。对于糖尿病患者来说也会引起血糖的波动和升高,需谨慎食用。其次,那些标注了无糖的月饼,也大多是由面粉制成,关键在于含有大量的油脂,其中油脂能量不容小觑。她举例表示,

100g 月饼提供的总能量是 1700~2000kJ,占人体一天所需热量 1/4,所以吃咸月饼也会能量超标。第三,盐是人体极其重要的微量营养素,但过多钠摄入将导致高血压、心梗、脑梗塞的发生。中国膳食指南中推荐成人每日食盐应小于 6g(相当于 1 啤酒瓶盖),若有高血压、心脑血管疾病的患者严格时需控制到 3g 以下。咸月饼含盐量高,100g 月饼钠含量达到 0.5~0.6g,不符合老年人低盐、低脂饮食的需求,因此不宜多吃。(高媛)