

■ 本报记者 张婧超 通讯员 王妹琴

强直性脊柱炎是一种疑难病，医学上被称为“死不了的癌症”。三亚市人民医院脊柱关节科主治医师李建阳告诉记者，他给身患强直性脊柱炎的患者诊断时总不忘叮嘱，此病不要轻易以为是腰腿痛，能拖就拖，发展下去将会致残。据了解，强直性脊柱炎误诊率高达近九成，相当部分的患者都是查了好多年，才转到正确的科室接受治疗。

强直性脊柱炎是一种全身性免疫性的慢性进行性炎性疾病。其早期症状被很多人认为是一种骨科疾病。

很多人认为，这类风湿疾病应该是“老年病”，而事实上，强直性脊柱炎的发病率约为0.3%，偏爱年轻男性。这一年龄段正值青壮年，很多家长不解，年纪轻轻，孩子怎么会患上这个“怪病”？专家介绍，该疾病与遗传、感染、内分泌代谢等方面都有一定的关系，发病原因也是多样的，很难做到很好预防，所以早期发现就显得尤为重要。

李建阳介绍，强直性脊柱炎的早期症状为腰部僵硬、酸痛，以夜间、久坐、久站时严重，活动后减轻。由于该病起病、进展缓慢，开始时的腰痛为间歇性，全身症状较轻，数月或数年后才发展为持续性，因此容易被忽视。医学专家说，有报道显示从最初出现症状到强直性脊柱炎的最终明确诊断，往往需要长达5年到10年的时间。许多患者在求医过程中经历过强直性脊柱

腰背疼痛僵硬 强直性脊柱炎 偏爱年轻男性

炎的误诊。例如强直性脊柱炎引发眼睛发红，会与感染性的虹膜炎混淆；强直性脊柱炎患者经常出现腰背部疼痛的症状，又容易与腰椎间盘突出以及腰肌劳损混淆。

强直性脊柱炎给患者带来精神上巨大的痛苦，年纪轻轻的小伙子活动不便，走路困难，严重者甚至生活不能自理，这些都会给心里造成阴影。某患者的母亲蔡女士告诉记者，在未确诊疾病前，她的儿子心情很差，心里非常自卑。

此病患者在骨科治疗，好比向沸水中加入冷水一样，只能暂时缓解症状，没有根本解决问题。李建阳认为，强直性脊柱炎是一种具有遗传性的免疫性疾病，具有进行性、全身性等特点，而并非是一种单纯的骨科疾病，只有进行全身性治疗，使各种免疫指标恢复正常，才能达到真正的标本兼治。



健康视点

种植牙是缺牙的首选修复方式

比一比还是种植牙更划算

如今，中老年人掉牙现象越来越严重，掉牙影响咀嚼，加重胃的负担，据介绍，现在国际上牙齿最流行的缺牙修复方式就是种植牙。在欧美，几乎看不到缺牙的人，因为大部分都选择了种植牙。而在中国，也有近九成缺牙者有意选择种植牙，因为种植牙突破了传统镶牙方式的缺点，对邻牙没有破坏性，且稳固、美观、舒适、咀嚼功能恢复好，被口腔医学界公认为缺牙的首选修复方式。种植牙其实是一种高度仿真的牙齿修复技术。种植牙有一颗类似钉住的金属种植体，在缺失牙齿的位置上把这根“钉子”埋植到牙槽骨内充当牙根的作用，再以此为基础镶上假牙。种植牙有“人类的第三副牙齿”之称。

海南数字口腔专科专家马主任介绍说，很多人觉得，种植牙价格太贵了，所以宁愿做烤瓷牙。其实，我们来

(小柯)

算一笔账一切就都明白了。烤瓷牙的修复方式需要以相邻的两颗健康好牙作为代价来实现“搭桥”。也就是说，缺失了一颗牙齿，做烤瓷牙的话，需要承担三颗烤瓷牙的费用。而这笔费用已经与单颗种植牙的花费相差不大。更不划算的是，烤瓷牙搭桥需要磨损相邻两颗好牙作为代价，一旦修复失败进行再次修复。相比普通修复，种植牙无需磨损临近好牙、对周边健康好牙是一种保护，使用维护得当“一劳永逸”，避免了普通修复时间长、风险高、多次往返奔波和劳民伤财等弊端。其修复后的美观、舒适程度以及对咀嚼功能的良好恢复，也是普通修复所无法比拟的。因此，从长远利益考虑，种植牙其实是一种经济合算的修复方式。



海南省皮肤病医院专家提醒：

夏季高温促痤疮高发 综合治疗远离皮肤困扰

盛夏季节，除了高温酷暑让人难以忍受之外，经常冒出的“青春痘”也烦扰着许许多多的人。其实“青春痘”是痤疮的一种表现，那么为什么痤疮会在夏季高发，又该如何应对呢？

夏季为何痤疮高发？

“夏季天气炎热温度升高，会刺激皮脂腺分泌，气温越高，皮脂腺的分泌就越旺盛。所以炎热季节很多人，特别是青壮年朋友都会觉得面部更加油腻。皮脂腺里面含有脂肪酸，脂肪酸会刺激毛囊皮脂腺增生和炎症反应，就形成了痤疮。”海南省皮肤病医院皮肤性病科主任王爱民介绍，痤疮也可以由丙酸杆菌感染引起，丙酸杆菌在温度高的时候活性更强，这也是夏天痤疮复发或者高发的原因之一。

据相关统计数据表明，青春期95%的男性和85%的女性均患过不同程度的痤疮。不少痤疮患者因治疗不当造成一定程度的“毁容”，对求学、交友、就

业、心理等均有较大幅度的不良影响。因此许多患者寻求安全有效的治疗措施的愿望显得尤为迫切。

痤疮如何治疗才安全有效？

海南省皮肤病医院专家介绍，该院通过采用西药外用及口服、中药倒模、红蓝光、光动力、微晶和激光磨削等综合治疗措施，能够为广大痤疮患者提供全面、安全、有效的专业治疗和医疗服务，得到众多民众的认可。具体治疗方法有以下几种：

1、中药面膜倒膜治疗：采用该院刘巧主任中医师经验方所配制的中药面膜进行倒膜治疗。通过石膏释放热量加速面部血液循环有利于炎症消失，促进药物吸收，收敛和减少黏膜分泌，加速创面的愈合。中药面膜倒膜治疗粉刺、炎症性痤疮以及痤疮后遗色素沉着疗效显著，不良反应少，安全可靠。

2、红蓝光照射：红蓝光照射是一种无痛、非侵入性的治疗方法。其原理是利用红光消除炎症造成的红肿，刺激使纤维细胞增生，促进胶原蛋白的形成和皮损自愈。蓝光则可作用于痤疮丙酸杆菌所产生的内源性卟啉，产生大量单态氧，从而起到杀菌的作用。利用红蓝光交替照射病损部位，对痤疮炎症损害有很好的消退作用，可进一步提高中重度痤疮的治愈率。

3、光动力治疗：光动力疗法通过激光照射被炎症组织所吸收的光敏性物质，产生光化学效应，从而对皮肤病产生治疗作用。其针对痤疮的作用机理包括杀灭痤疮丙酸杆菌、抑制皮脂腺分泌和破坏皮脂腺结构等机制迅速控制中重度痤疮的炎症，预防或减少瘢痕的形成。

4、微晶和激光磨削治疗：微晶磨削治疗利用微晶磨削仪所喷出的微晶砂撞击凹凸不平的瘢痕皮肤，达到磨削皮肤的作用。微晶和激光磨削治疗后炎症反应和色素沉着较轻，恢复快，是痤疮后凹陷性和隆突性疤痕的首选治疗方法。

(晓原 赵翠玉)

专题

中老年人掉牙越来越严重

种植牙可让缺牙在微创无痛中重生

海南数字口腔专科帮您修复牙齿品味“舌尖上的中国”

牙齿缺失，牙齿脱落，很多人以为对身体没什么影响，就没有引起足够的重视。大多数人的观点是，认为牙齿缺失最多也只影响美观，因此，有些人在牙齿脱落后十几年甚至几十年也不镶复，这种做法是极其错误的。

海南数字口腔专科专家马主任介绍，牙齿缺失危害不小，不仅会影响发音准确、还会造成颌关节紊乱等疾病。缺牙修复的方法有3种：活动假牙、固定假牙和种植牙。其中，种植牙是目前患者最青睐的修复方法，可以让缺牙在微创无痛中重生。

缺牙可导致消化系统疾病

李先生的母亲今年才不过50出头，牙齿却脱落了好几颗。“家里的经济条件一直不好，为了维持我的学业，父母什么苦累的活都愿意干，健康也被提前透支了。”说起父母这些年来艰辛，李先生不由得红了眼眶。

拿到第一份工资后，满心欢喜的李先生给父母买了不少礼物。原以为以自己的经济能力能够让父母享福了，可无意间看到缺牙的母亲艰难地啃着排骨，李先生深感痛苦：

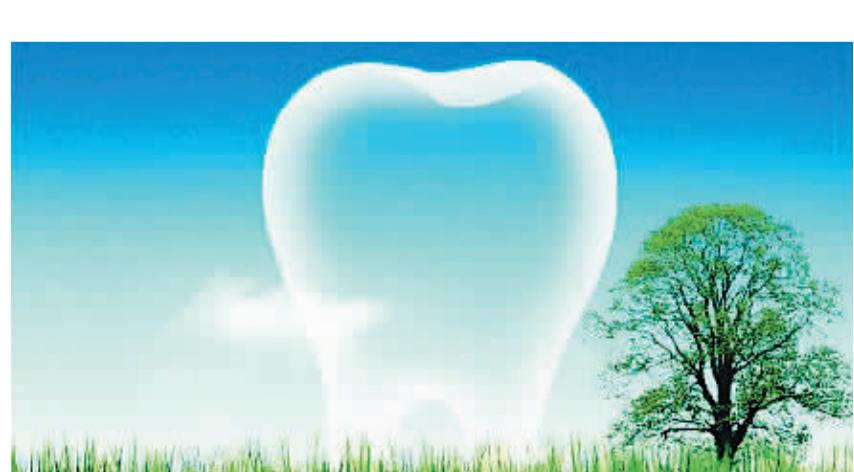
妈妈连爱吃的东西都吃不了，何谈享福呢？于是他准备为母亲解决牙齿缺失的问题。在咨询了不少牙科医院和诊所的牙医后，李先生了解到缺失牙修复目前有三种方式，即活动假牙、固定假牙和种植牙。

海南数字口腔专科专家马主任介绍，如今，中老年人掉牙现象越来越严重，掉牙影响咀嚼，加重胃的负担。当个别牙齿缺失或牙列缺失后，咀嚼效率随之降低或丧失，唾液分泌减少，胃肠蠕动减慢，未嚼碎的食物进入胃肠，胃肠系统的负担随之加重，从而导致胃肠功能紊乱，影响人体对营养成分的吸收，严重者机体可出现消化系统的疾病。

如果长时间没有镶牙，可能会导致其相邻的真牙向这个缺牙空隙内倾斜、移位，缺牙空隙相对应的牙齿将因无对抗力量而逐渐伸长，咬合关系和牙齿排列出现错乱，致使剩余牙齿失去正常的邻接关系，造成食物嵌塞，亦是导致牙周病的病因之一。

如果长时间没有镶牙，可能会导致其相邻的真牙向这个缺牙空隙内倾斜、移位，缺牙空隙相对应的牙齿将因无对抗力量而逐渐伸长，咬合关系和牙齿排列出现错乱，致使剩余牙齿失去正常的邻接关系，造成食物嵌塞，亦是导致牙周病的病因之一。

“我当时就一家家地问，哪种装了能啃



排骨吃水果，几乎所有的医院都明确表示假牙不能吃硬的东西，只有种植牙能够完全满足饮食要求。”李先生说道。海南数字口腔专科开展种植牙项目以来，3年多的种植牙经验铸就了良好的口碑，让李先生深感信赖，最终决定选在这里为母亲上种植牙。

虽然得知缺失的牙齿不久之后就能够

为现实，这让很多患者认为是天方夜谭。”马主任说，“其实数字口腔专科的微创无痛即刻种植技术，已完全实现了术前无痛、术中无痛、术后无痛。”

种植牙重挫传统缺牙修复法

术前无痛：微创无痛即刻种植手术前，专家会先拍片确定患者口腔整体情况，再通过计算机设计种植部位、深度及角度，科学精确，最大程度确保手术安全无误地进行。

术中无痛：微创无痛即刻种植手术只需约3—4毫米创口、3—5分钟就可植入一颗种植体。专家会采用无痛口腔推麻仪对手术部位进行精准的麻醉，确保术中彻底无疼痛感。

术后无痛：手术只需进行一期即刻，种植体和基台可在一次手术中完成，不用二期手术，待创口愈合之后即可戴牙冠，时间较传统种植能减少至少一半，避免二次创伤。

微创无痛中告别缺牙

随着《舌尖上的中国2》火热播出，从

遏制炎症可防脑梗恶化

日本大阪大学一个研究小组说，他们通过动物实验确认，遏制脑梗后的脑内炎症，可以阻止神经细胞死亡，防止脑梗恶化。研究人员还发现了一种能减轻脑细胞损伤的蛋白质。

日本每年有7万多人死于脑梗，该病还是占用护理人手最多的疾病之一。新成果有助于开发治疗肢体麻痹、意识障碍等脑梗后遗症的药物。

研究小组发现，在出现脑梗时，脑内免疫细胞会释放促进周围细胞死亡的物质，引发炎症，而RANKL蛋白则能遏制这种物质的释放。此前，这种蛋白质被认为能够刺激破坏骨骼的细胞发挥作用，从而导致骨质疏松。

领导这一研究小组的大阪大学副教授岛村宗尚说，迄今在脑梗初期治疗中，遏制炎症的方法都未获得充分的效果。虽然RANKL蛋白有可能成为新的治疗药物，但由于它还会导致骨质疏松，所以还有必要进一步研究。

(据新华社电)

常按五个“窝”可长寿

人体有些部位是养生重点，对这些部位常常按摩，加以养护，能起到增强身体免疫力、预防疾病、延年益寿的作用。以下五个部位，就是养生保健的关键所在，它们分别是腋窝、腘(guō)窝、肘窝、腰眼、肚脐。

腋窝 腋窝处的顶点上有个穴位叫极泉穴，经常按摩可以宽胸宁神、调和气血。从现代医学上讲，腋窝处的淋巴组织非常丰富，经常按摩可以促进血液循环、提高免疫力。

腘(guō)窝 腘窝是膝后区的菱形凹槽，里面的血管和神经非常丰富，经常拍打有行气活血、缓解痉挛的功效。腘窝处一个很重要的穴位叫委中穴，经常按摩，对常见的坐骨神经痛、小腿疲劳、脖子酸痛、臀部疼痛等疼痛性疾病有良好作用。

肚脐 肚脐是人体中唯一可以用手触摸，用眼睛可以看到的穴位，名为神阙，历来被医家视为治病要穴。经常拍打肚脐可起到安神宁心、舒肝利胆、调和气血、通利三焦的作用。

肘窝 肘窝是肘关节前方的一个三角形的凹陷，它是经常非常密集的地方，经常按揉可起到行气活血、散淤祛毒的作用。

腰眼 俗称为“腰眼”，是人体腰骶部的一个凹陷。常按摩腰眼有疏松筋骨、消除疲劳的效果。不过，患有严重心血管疾病或骨质疏松的老人，不建议使用拍打法。

(环球)

老人练“坐操”防衰老

坐着也能做运动？其实练习“坐操”也能达到锻炼身体的效果，长期坚持，还能增强体质、延年益寿。以下几个动作，不仅适合经常坐办公室的白领一族，也适合常在家里坐着看电视、读报的老人。

抓地运动 坐着时，你的双脚是闲着的，可以一边工作一边双脚不停地抓地，然后旋转双脚以活动踝关节。经常练习这个动作，可以有效缓解疲劳，防治失眠、头痛、眩晕。

提肛运动 对于患有便秘的老年朋友来说，做提肛运动也能帮助缓解。具体的动作是：吸气时收腹、迅速收缩并提升肛门，停顿2—3秒，再缓慢放松呼气，反复10—15次。

四肢运动 对患有四肢麻木、疼痛的老人来说，还可以进行四肢运动。该运动比较灵活，坐在椅子上，伸直身体，两肩向后用力使背肌收紧，两肩胛骨靠拢；也可以身体紧缩收腹，双手用力支撑，收紧臀大肌，臀部从椅子上微微抬起；或者双腿屈膝抬起，双手抱住小腿，尽力建膝盖贴近胸部；再或者双手叉腰，左右转动腰部至最大幅度。这几组运动都能起到缓解四肢酸痛的作用。

老人锻炼要注意适度原则，对于患心脏病的老人来说，锻炼时一旦出现头晕等症状，一定要停下来。

(圣石)

主编：卓兰花 美编：庄和平

缺牙重生请拨打
专家咨询热线

0898-66669187

网址：www.hainankq.com