

健康提醒

智齿萌出，不可“智”迷不悟

牙科专家：引发肿胀伤及左右最好拔除

■ 本报记者 侯赛

生活中，很多人都拔过智齿。那么，智齿到底什么情况下需要拔掉？拔牙时需要注意什么？记者近日就此采访了我省牙科专家。

该拔的智齿一定要早拔

据海南拜博口腔医院副院长、特诊科主任杨瑾瑛介绍，智齿是人们常说的尽头牙，是第三磨牙。从门牙牙缝开始，由一侧门牙向里数牙齿数目，一般是七颗牙，如果有第八颗，它就是智齿了。理论上，智齿应该跟正常的牙齿一样上下、左右对称，所以是4颗牙，但也会有个人差异。

智齿引发反复疼痛，应到医院检查

据介绍，有的智齿埋在齿槽骨里面，时间一长可能转化为含牙囊肿、成釉细胞瘤，必须通过手术治疗。这些良性肿瘤还有恶变的可能，危害很大。有的智齿即便萌出，但位置异常，智齿会挤压邻牙导致邻牙龋坏；有的智齿会刺激口腔黏膜形成溃疡，长期反复刺激会引发黏膜癌变；有的智齿位于口腔深处，往往清洁困难，易发生龋坏。

智齿萌出时，如与对侧智齿未形成良好对咬，还会过度生长，影响全口咬合功能，甚至引起颞下颌关节功能紊乱。“除非长出的智齿有正常的咬合关系，行使正常的咀嚼功

能，没有任何不适，才会考虑保留。”杨瑾瑛告诉记者，临床上，需要拔除的智齿可能要占到70%左右。

一些患者长了智齿很多年，牙周反复发炎疼痛，但却始终拖着不治，或是自己购买一些消炎药服用，直到疼痛剧烈忍受不了时才到医院就诊，这其实是一种“亡羊补牢”的做法。

专家表示，只要智齿位置不正，就表示智齿有潜在的威胁，而一旦出现了疼痛等症状，就表明智齿已经对口腔黏膜或邻牙造成了损害。所以，杨瑾瑛建议，如果智齿引发反复疼痛，应尽早到医院检查治疗。

拔智齿应选择正规医疗机构

由于智齿的不规则性，在拔除前一定要先拍摄X片，切勿盲目拔牙。临床上，很多患者前来咨询拔智齿，得知要拍X片检查时并不理解，甚至认为医生在小题大做。

智齿长在口腔最里面，即使完全萌出，也无法完全看清全貌。给智齿拍摄X光片，能为患者大大地降低风险。牙齿拔出时存在哪几种阻力，牙根有几个，牙根与下牙槽神经

的关系如何，从哪边用力更快更安全，这些都可以通过拍摄片子让医生做出准确判断。

专家表示，一些缺乏资质的小诊所，医生经验不足，万一用力不当，可能导致下颌骨骨折。因此，拔智齿牙科机构的选择极为关键，正规的牙科机构拥有前沿的设备和技术，医师经验丰富，能保证拔除智齿的安全性。

1

智齿又叫第三磨牙，是人类32颗恒牙当中最后长出的恒牙。

2

14-18岁是智齿萌生的最活跃时期，智齿萌出运动的推动力常是造成牙齿拥挤和排列不整齐的主要原因之一。

3

下颌第二磨牙牙颈部平均龋患率为16.4%，不同年龄阶段龋患率有显著不同，20岁时仅为3.7%，50岁则高达27%。拔除阻生或错位智齿是预防第二磨牙龋坏的关键。



1颗智齿带来5种病

智齿冠周炎

口腔粘膜病

颌下颌系乱症

牙列不齐

龋齿

6种智齿不拔后患无穷

萌生不全的智齿

出现龋坏的智齿

前倾阻生的智齿

排列过紧的智齿

不易清洁的智齿

没有对咬的智齿

制图/陈海冰



无需拔牙色变，牙齿矫正要趁早

13岁—14岁为最佳年龄

■ 本报记者 侯赛

拥有一口整齐、洁白的牙齿，不仅能提升颜值，也有利于孩子的身心健康。近年来，越来越多的家长带孩子去医院正畸，但是在牙齿矫正时常常需要拔牙。好端端的牙齿要拔掉，这让一些家长心疼不已，同时也担心孩子其他牙齿会受到影响。

正畸为何要拔牙？拔牙到底有无不良影响？正畸过程中又要注意什么？牙科专家为大家答疑解惑。

“矫正拔牙是很常见的，很多患

者需拔牙矫正。”海南拜博口腔医院副院长杨瑾瑛表示。

据介绍，牙齿正畸有几种常见情况需要拔牙。首先是牙排列拥挤错位，牙槽骨没有足够的空间容纳所有牙齿，这是因为人类口腔器官在退化缩小过程中存在不平衡现象，造成相对较小的颌骨无法容纳相对大的牙齿，所以需拔牙取得间隙，能让牙齿排列，恢复美观和功能。其次，牙齿虽然排列整齐，但过于前突，造成唇前突，影响美观。此时需拔牙提供空间，利用拔牙间隙内收前突的牙，改善美观。第三种是咬合关系不对称，需要拔牙才能调整咬合关系

“门诊中，不少家长谈拔牙色变，担心对健康有害，因而宁愿放弃矫正牙。”海南口腔医学中心主任徐普表示，其实，只要是到正规医院的口腔正畸专科，矫正拔牙是很普遍、很成熟的治疗方式。

在没有明显上下颌骨骨性不调的情况下，错颌畸形的产生，最根本的原因就是牙槽骨的空间不足以容纳现存所有牙齿。拔牙治疗不但能使牙量与骨量更好地匹配，也能使治

疗结果更稳定。牙齿矫正后，牙齿排列整齐，咬合关系正常，口腔系统也会更健康。

生活中，是否需要拔牙有严格的标准和原则，要经过严密的诊断分析。杨瑾瑛表示，拔牙矫治通常选择拔除前磨牙，这个部位的牙齿对咀嚼功能影响最小。牙槽骨是人体中最容易改建的骨骼，在矫正过程中，牙根在牙槽骨内缓慢移动，使牙齿排齐、空缝关闭后，牙根仍牢牢长在牙槽骨中，因此正畸治疗不会影响牙齿的稳固度，年龄增

大后也不会比未接受正畸治疗的牙齿容易掉。

徐普表示，一般来说，13、14岁是进行牙齿矫正的最适合时期，这时候恒牙列基本萌出建颌，患者正处于青春发育高峰期后期，仍有一定的生长潜力。这个时期的青少年对美观有较高要求，自控能力与适应能力都较好，能很好地配合医生进行治疗。如今，传统托槽矫正、无托槽隐形矫治器、正颌外科牙齿矫正、微螺钉种植支抗牙齿矫正等技术，都能够满足患者需求。

年过七旬仍奋战在第一线

邵永孚的海南情缘



海南省肿瘤医院信箱 12

海南省肿瘤医院业务副院长、肝胆腹外科首席专家邵永孚，是我国最早从事腹部肿瘤外科专业的医师之一，享受国务院特殊津贴。早在1993年，邵永孚就与海南结缘，来海南指导和主刀肿瘤手术。如今，他常住海南，为海南的肿瘤患者解除病痛。

邵永孚1964年毕业于南京医学院1988—1989年，他曾赴法国、荷兰做访问学者。

邵永孚在肿瘤外科领域尤其是胰腺癌手术、肝内胆管癌手术、直肠

癌手术等方面有很深的造诣。他主刀治疗的2万余例肿瘤患者中，90岁以上高龄患者50余例，年纪最大的患者已经103岁。

“从我多年的临床经验看，肿瘤首次治疗很关键，切不干净，最短会在3个月就复发。”邵永孚表示。早在1993年，海南的一些医院就邀请邵永孚来主刀和指导肿瘤外科手术。接下来的23年间，邵永孚曾多次来到海南，指导医疗工作或参加学术研讨会。

去年4月26日，邵永孚成为海南省肿瘤医院首批聘任的专家，并担任省肿瘤医院业务副院长，常住海南。

去年12月25日，海南省肿瘤医院正式开院后，年逾七旬的邵永孚坚持每周出门诊、查病房、主刀做手术，在医疗一线不断奔忙。

为什么年过七旬，现在工作还这么“拼”？邵永孚表示，“胃癌、肝癌、大肠癌是海南人多发的肿瘤疾病，需要早发现早治疗。过去家庭条件好的患者，很多都跑到北京、广州去治疗。现在，海南省肿瘤医院建起来了，有这么好的医疗条件，海南的肿瘤患者可以就近就诊，减少出岛奔波，我辛苦一点没关系。”

“邵老妙手仁心，心中有患者，一心为了患者着想。”海南省肿瘤医院医护人员称邵永孚为“邵老”。因为他不仅医术精湛，更富有爱心。

海南省肿瘤医院办公室主任张献怀说，邵永孚每周四在特需门诊出诊，很多患者从省内各个市县或岛外慕名而来。尽管特需门诊的挂号费比普通门诊贵，他们都觉得很值，因为在北京、广州等地都很难挂到这样的专家号。

海南省心理援助
热线96363



产后抑郁危害大 如何赶走产后抑郁？

产后抑郁症，无论对患者本人还是对婴儿都会造成很大的影响。因此，在日常生活中应正确了解产后抑郁症的症状表现，以便掌握最佳的治疗时机。生活中，不仅产妇本人需要了解什么是产后抑郁症，产妇身边的人也要了解什么是产后抑郁症，以帮助白领更好地度过这个艰难的时期。

什么是产后抑郁症？省安宁医院专家表示，产后抑郁症即产后1年内发病的所有抑郁症，但大多数产后抑郁症一般发生在产后最初的3个月内。

产后抑郁症有以下特点：

1.产后抑郁症的主要症状为情绪低落、落泪和不明原因的悲伤。易激惹、焦虑、害怕和恐慌等症状在患产后抑郁症的女性中也非常常见。缺乏动力和厌烦情绪也是产后抑郁症的症状之一。

2.产后抑郁症的主动神经系统症状包括食欲低下、体重减轻、早睡、疲倦和乏力，还可能伴有便秘等症状。

3.在认知方面，产后抑郁症常常会引发注意力不集中、健忘和缺乏信心。在较为严重的病例中，还可能表现为自尊心减低、失望感和自觉无用感等。

专家表示，产后抑郁症的病因有以下方面：

1.生物学方面 妊娠后期，女性体内雌激素、黄体酮显著增高，皮质类固醇、甲状腺素也有不同程度的增加，分娩后这些激素会突然迅速撤退，黄体酮和雌激素水平下降，从而导致女性脑内和内分泌组织的儿茶酚胺减少。

2.社会因素 家庭经济状况、夫妻感情不和、住房困难、婴儿性别及健康状况等都是诱发该病的重要因素。

3.产妇心理因素 对母亲角色不适应、性格内向、保守固执的女性好发产后抑郁症。

专家表示，要预防产后抑郁症，应该注意以下方面内容：

1.加强孕期保健，重视孕妇心理卫生指导，对具有不良个性、既往有产后抑郁症史或家族史、有精神疾病的高危孕妇进行监测和必要的干预。

2.改善分娩环境，建立家庭化分娩室替代以往的封闭式产房，从而提高产妇对分娩自然过程的感悟。开展导乐式分娩，临产后有丈夫或其他亲人陪伴，可减少产后抑郁症及心理异常情况的发生。

3.重视产褥期保健，尤其要重视产妇产后保健。对分娩时间长、难产或有不良妊娠结局的产妇，应给予重点的心理护理，注意保护性医疗，避免精神刺激。

(小可)

生活百科

爱化眼妆 别化出“化妆性眼病”

■ 本报记者 徐珊珊

生活中，很多不良的小习惯都可能会引起眼部疾病。粉底、睫毛刷、眼线笔、眼影等化妆品使用不当，极易引起结膜炎、角膜炎等“化妆性眼病”。

据海南医学院第一附属医院眼科副主任医师陈梨萍介绍，眼部化妆会引起皮肤过敏，结膜炎等疾病。结膜炎、干眼症及睑缘炎等眼病患者中不少是因为眼影、眼线、睫毛膏等化妆品的使用不当造成的。

由于职业需要，在海口负责化妆品销售的小林经常要涂抹睫毛膏，后来出现眼皮红肿、疼痛。经医生检查诊断为眼睑板腺导管 感染而导致急性睑腺炎。

据介绍，眼睑的皮肤较薄嫩，血管丰富，对化妆品的刺激比较敏感。而眼影、睫毛膏等接触睫毛根部、眼睑边缘这些薄弱的眼部皮肤后，容易引发睑缘炎。睑缘炎有时还会波及眼表，诱发结膜炎。患病后，患者会有眼痒、异物感和灼烧感等眼部不适症状，结膜充血发红，严重者畏光流泪。此外，眼睑和结膜的长期炎症，还容易引发干眼症。

生活中，应该如何避免“化妆性眼病”的发生呢？陈梨萍建议：第一，要买正规品牌的化妆品，使用前要洗净双手，防止经手造成污染。

第二，化眼妆时，尽量少化浓妆，而且化妆部位不要太靠近眼睑边缘，化妆过程中，应轻轻闭上眼睛，以防化妆品溅入眼内。

第三，如果化妆品不慎溅入眼内或眼睛出现发痒、有异物感等症状，不要乱揉眼睛，应立即用干净的水反复冲洗眼睛。

第四，卸妆要彻底，化妆用的小刷子、眼线笔等，要定期更换。

第五，如有眼部不适应及时到医院眼科就诊，避免延误病情。



拜博口腔全国连锁
海南拜博口腔医院 种植中心
联合控股成员企业

24 小时咨询热线：0898-36351111

种牙就选 拜博口腔

海口市海府路105号(省影展中心旁)
www.hnbybo.com



拜博口腔