

# 爱牙日里说“牙”事

□晨报记者 秦颖 渠稳

## 核心提示

有人将牙齿比喻为人的第二面孔,整齐洁白的牙齿、口气清新的口腔,已成为良好仪容的标志之一。每年的9月20日是全国爱牙日,今年的活动主题为“健康口腔,幸福家庭;关爱自己,保护牙周”。您的牙齿还好吗?9月19日,记者采访了部分市民、口腔诊所牙医,以及市人民医院口腔科的主治医师。有关专家表示,人们在清洁牙齿的同时,也应重视口腔疾病及口腔运动,为牙齿提供一个健康的口腔环境。

## 多数人不知如何爱牙护齿

“爱牙日?我还不知道有这么一个主题日。”19日,家住淇滨区华夏小区的王先生对记者说。

当天,记者随机采访了20位市民,其中17人表示,不知道有爱牙日,只有3人表示听说过这个主题活动日。同时,这些市民对如何保护牙齿知之甚少。“我认为,保护牙齿无非是早晨和晚上睡觉前刷牙,少吃甜食。”今年46岁的卢先生对记者说。

记者了解到,1989年由卫生部、教育部等部委联合签署,确定每年的9月20日为全国爱牙日。旨在通过爱牙日活动,广泛动员社会的力量,在群众中普及牙病防治知识,增强口腔健康观念和自我口腔保健的意识,建立口腔保健行为,从而提高全民族的口腔健康水平。

建立爱牙日是加强口腔预防工作,落实预防为主方针的重要举措。

“自1989年设立全国爱牙日以来,已

经过去了23年,但部分市民特别是中老年人,对这个主题日知之甚少。其中的主要原因是,市民保护牙齿的意识不强。一些人只有牙疼或是牙齿非自然脱落的时候,才意识到保护牙齿的重要性。”市人民医院口腔科的一位医生说。

记者在对选取的20位市民采访时,他们均表示不同程度地出现过牙痛等症状。

“今年4月,我牙疼得实在受不了了,就到医院让医生给我切断了那颗坏牙的牙神经。”卢先生无奈地对记者说,这都是由于他平时不注意保护牙齿造成的,对此,他十分后悔。

今年36岁的陈女士说,她从小爱吃糖,因为不注意保护牙齿,她已经补过3颗牙了。“我的牙齿不好,所以我特别重视孩子的牙齿保护问题,也希望媒体能通过对爱牙日的介绍,让大家重视自己的口腔问题,保护牙齿。”

## 私人牙科诊所卫生状况堪忧

“别看是一颗小小的牙齿,去正规医院看牙,动辄上百元,还真不少花钱。”市民侯先生对记者说,今年6月,他的牙齿出现问题,便就近去一家私人牙科诊所就医。他发现,私人牙科诊所的收费比正规医院便宜很多,但卫生状况不容乐观。

“大家都知道病从口入,在治疗的过程中,私人牙科诊所里的牙医不戴卫生手套,而是直接把手伸进我的嘴里。”侯先生说,牙医不知道触摸过多少人的口腔,像这样直接把手伸进患者的嘴里,太不卫生了。

在华山路上的一家私人牙科诊所里,记者看到一位牙医正往一名患者的牙齿里填充药棉。这位牙医一边和患者聊天,一边将药棉搓成条状,塞进患者被修补的牙齿里。而他在给患者治疗的过程中,既没戴口罩也没有戴手套。

“医生这样给你看病,你不担心卫生问题吗?”当这名患者走出诊所后,记者向其问道。他说:“那有啥办法,我已经去了三四家私人牙科诊所了,遇到的情况都一

样,医生既不戴手套也不戴口罩,我很无奈。”

这名患者对记者说,由于私人牙科诊所收费比正规医院低,他便将就着选择到卫生状况不尽如人意的私人诊所看牙病。

“在医疗机构中,牙科比较赚钱,牙科的医疗事故率低,风险小,而且牙医的收入很高,这也是我市私人牙科诊所众多的原因。”淇滨区某医院一位不愿意透露姓名的医生告诉记者,以一颗仿真烤瓷牙为例,质量好一点的,一颗的市场销售价格在千元以上,而在厂家定制的价格仅为六七百元,这其中就有近三四百元的利润。

记者在采访中还了解到,和正规医院的口腔科相比,私人牙科诊所在治疗费用上普遍较低,也是为何很多人选择在私人牙科诊所治疗的重要原因。

一位姓秦的市民告诉记者,去正规医院洗一次牙,清洗费和挂号费加起来要一百多元钱,而在私人牙科诊所里,洗一次牙只要60元。“虽然在卫生状况上,私人牙科诊所



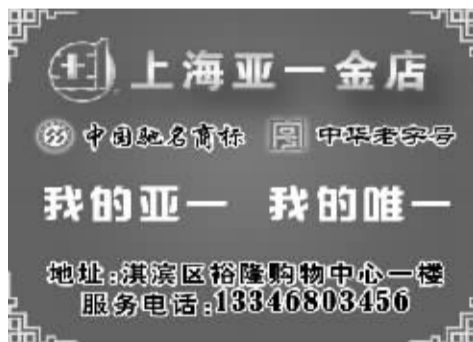
9月19日,在淇滨区一家设备齐全的牙科诊所里,一位牙医正给患者检查牙痛的原因。

晨报记者 张志嵩 摄

没有办法和正规医院相提并论,但它优惠的收费标准还是吸引了不少患有牙病的人前去诊治。”市民高先生告诉记者。

针对正规医院看牙收费是否偏高的问题,记者从市人民医院口腔科了解到,目前,他们是按照2010年3月出台的《河南省医疗服务价格试行收费》标准收费的,这个收费标准相对外省市的还是比较低的。

“虽然我们执行的是2010年出台的标准,但是其中对口腔科的收费规定与2001年的相比几乎没有变化。可现在医疗所用的材料、器械等价格都在上涨,医院采用的全部是正规药品和器械。因此,相对医院投入的成本来说,口腔科的收费并不高。”市人民医院口腔科的医生说到费用问题,也是一脸无奈。“在私人诊所里看牙,一旦出问题,患者的权益难以得到保障。而在正规医疗机构,每次诊疗都有合法凭证,所用器械也很专业,这是一些私人诊所不能比的。”



## 重视牙齿 日常护理

在采访中,不少市民询问如何让自己拥有健康的牙齿。19日,记者采访了市人民医院口腔科主治医师孙祥军。

“我希望大家都能露出健康的牙齿,展现自信的笑容。”得知记者的来意后,孙祥军笑着说。

孙祥军说,口腔具有自我净化能力,分泌唾液和舌头活动的同时就能进行自我清洁。

目前,龋齿和牙周疾病是市人民医院口腔科医生最常遇到的疾病。很多龋齿患者只有在牙疼难忍且影响进食时才进行治疗。

孙医生建议大家重视牙齿的日常保健,定期为其做健康检查。

## 爱牙三计: 饮食、刷牙、洗牙

“爱吃糖和巧克力等甜食,经常喝碳酸饮料,咀嚼食物时单方向咀嚼等不良的饮食习惯都会导致口腔疾病并引发连锁反应。”孙医生说,养成良好的饮食习惯对保护牙齿十分重要。而老年人牙齿掉落后,应及时修复,以免影响咀嚼功能。

对于如何保护牙齿,孙医生表示,保护牙齿的关键在于清洁。“通过刷牙清洁牙齿,可选用软毛的小头牙刷,配合含氟牙膏,采用竖刷的方式,对牙龈边缘和牙缝处的牙面进行重点清洁。每次刷牙时间至少得2分钟。电动牙刷能更好的去除牙渍、减少对牙釉质的磨损。”而用化学方法美白牙齿,如使用美白牙膏、牙帖等,对牙釉质并无损害。在清洁牙齿的同时,应少吸烟,少喝有色饮料。

孙医生说,通过洗牙可有效清除牙结石,预防牙周疾病。而洗牙后出现酸痛感属于正常情况。

## 特殊人群护牙有道

“平时到医院看牙的多是小孩和老人。除了龋齿等常见牙齿疾病外,很多小孩是来矫正牙齿的,而老人则是补牙。”孙医生说,其实,年轻人和中年人患牙周疾病的也不少。

“牙龈频繁出血,牙齿松动,吃东西使不上劲……这都是牙周炎的前兆,很多患者因为缺乏相关知识,延误了治疗,最后只能拔牙。部分‘三高’患者也容易患牙周炎,这类患者最好内科配合口腔科治疗。”孙医生说,吸烟也会提高患牙周病的几率。

最后,孙医生提醒,女性在怀孕后的前三个月和最后三个月不要拔牙。怀孕初期拔牙易诱发流产,而怀孕晚期拔牙易发生早产,因此,女性在怀孕前应先治疗牙病。“患中度或重度龋齿及牙周炎的孕妇,口中产生的细菌易通过血液循环进入胎盘,使胎儿受到感染。”孙医生说,女性在怀孕前,最好进行一次口腔检查,提早治疗牙病,以免在孕期遭受牙病的折磨。

## 2012年下半年 国家职业资格统一鉴定的 通知

### 鉴定工种:

秘书、营销师、职业经理人、公共营养师等职业

### 时间安排:

即日起至9月30日报名,11月17日~18日进行鉴定

### 地点:

鹤壁职业技术学院继续教育学院405办公室

### 电话:

0392-3338710

13939237892 (常老师)

0392-3328409 (康老师)

## 社会化工种鉴定通知

### 鉴定工种:

数控车工、计算机操作员、车工、无线电装接工、维修电工等。

### 时间安排:

即日起至9月30日报名,11月进行鉴定。

### 地点:

鹤壁职业技术学院继续教育学院 405办公室

### 电话:

3338710 (常老师)