

## 把健康“武装”到牙齿

◇晨报见习记者 李潇潇

近几年,定期对身体进行健康检查已经被越来越多的鹤壁老百姓所接受,但定期对牙齿做保健检查,对于多数市民来说还比较陌生。对口腔防治知识知之甚少使得“是否牙疼”成为大多数市民衡量自己牙齿好坏的重要标准。你的牙齿还好吗?



### ◆口腔保健意识与国外相距较远

市第一人民医院口腔科主治医师郭鹏告诉记者,近几年,随着宣传的加强,关注口腔健康的市民比以前有所增多,但和身体的其它器官相比,口腔的卫生与健康仍是被大多数市民忽略的一项。我市市民还没有养成定期对牙齿进行检查的习惯,只有在出现牙齿疾病,而且疼到无法忍受的时候,才无

可奈何地跑一趟医院,能修的就修,能治的就治,实在不行的也只能拔掉,装上一颗假牙。

相比较而言,国外则非常重视口腔卫生和牙齿保护。很多欧美国家从婴儿出牙开始就非常注重牙齿的检查与保护,他们把牙齿的整洁和口腔卫生看成是一种文明的象征和仪表的重要部分,甚

至对牙齿的厚爱已经形成了一种文化。

在一些经济比较发达的国家,每个人都有自己的牙科医生,人们并不是要等到牙齿痛了才来看病,也不是因为牙齿有病才上牙科诊所;他们常常是来洗牙、矫牙、做口腔保健,半年洗一次牙相当于是普遍和正常的。

虽然现在在我国的一些

大中城市,已经有一部分人开始认识到牙齿保健的重要性,能够做到每半年或一年做一次牙齿检查;但是在小城市特别是广大农村,绝大多数的老百姓还是很少关注自己的牙齿健康,非到“疼起来要人命”的地步才会想起来上医院。

“有些人甚至一辈子都没有看过口腔科医生。”郭医生对记者感叹道。

### ◆多数市民忽视牙齿健康

你关注自己的牙齿健康吗?你多长时间做一次口腔检查?带着这两个问题,记者采访了鹤壁市民。

今年23岁,在我市山城区一所中学从事音乐教育的柴华老师告诉记者,她从小就把自己的牙齿保护得比较好。虽然也知道定期做口腔检查的必要性,但因至今还不曾出现过牙齿疾病,也就没有看过牙医。柴老师建议,应该把每年单位组织的体检项目加上

口腔检查这一项,这样会促使更多的人了解自己的牙齿状况。

“四十多年没有看过牙,去年突然有颗大牙一直疼,去医院一看,医生说坏掉的那颗蛀牙已经伤到了神经,补牙已经无济于事了,只能拔掉。”在一家事业单位上班的陈国彭对记者说。

做餐饮生意的李永革告诉记者,至今他嘴里还有一颗蛀牙没有顾得上去医院好好诊治一下。“虽然知道有颗蛀

牙,可生意离不开人,偶尔疼的时候只有忍着,等闲下来的时候,它反而不疼了,也就把这件事给忘了,拖到现在也没去医院治疗。”

在采访中,记者发现,我市多数市民对牙齿保健都比较漠视,对牙齿疾病的理解也比较单一,缺乏系统的认识,定期做口腔检查的市民几乎没有。当记者问到是否做过口腔检查时,多数市民的反映是“听说过,没做过”。大家普遍

认为牙病是小毛病,实在不行就拔了,换颗假牙既不影响进食也不会有碍观瞻。当被问及“牙疼了怎么办”时,一些被采访人则回答“可能是上火了,多喝水,吃点消炎药,过两天它自己就好了。”也有部分市民表示,平常上班没时间,等放假已经不疼了,于是就拖下来了。90%以上的市民都表示如果牙齿不疼的话,不会去看牙科,一是怕浪费钱;二是觉得没必要。

### ◆牙齿整形渐成热点

“虽然戴牙箍有点不美观、不方便,但是医生说,经过矫正,一年半后孩子的牙就好看了。”前来带孩子进行牙齿矫正的李静女士告诉记者,以前她女儿的牙齿长得歪歪扭扭,连大笑都不敢,十分“腼腆”,她怕长期以往会给孩子的性格发展带来影响。

“现在的不好看是暂时的,

为了以后能够拥有一口整齐美丽的好牙,戴上牙箍很有必要。”虽然已经过了牙齿矫正的最佳年龄,但市民刘鑫小姐对矫正牙齿畸形有着义无反顾的决心。

市第一人民医院口腔科主治医师郭鹏表示,“矫正牙齿的费用一般是800多元到2000元不等,一般家庭都负

担得起。为了孩子的容貌,很多家长在寒暑假期间会带孩子来矫正牙齿。”

郭医生介绍,排列紊乱的牙齿不但有损容貌,还可能引起龋病、牙周病及颞颌关节等疾病。若不及时矫治,将不仅影响牙齿及面部的美观,而且会影响颌骨功能。

“正畸”即矫正牙齿畸形,

是通过给患者戴矫正器并施加外力使牙齿移位,达到重新排列的目的。“正畸”对牙体和牙神经均无损伤,更不会使牙齿变松脱落。“正畸”治疗的最佳时间是10岁—15岁,但是矫治技术的进步可以使“正畸”治疗突破年龄的限制,任何年龄的患者均可获益于“正畸”。

### ◆鹤壁牙科门诊现状

记者在采访时发现,如今,私人办的牙科门诊开始越来越多地出现在鹤壁街头,前来就医的市民也是络绎不绝。那么这些私人开办的牙科诊所条件如何?与正规医院有哪些不同?记者就此做了一些调查对比。

#### ◇卫生消毒状况正规医院更胜一筹

在淇滨区两家私人牙科门诊,记者发现医生看完一位病人就随手把用过的工具放进消毒液里,医生只是简单地用酒精棉球擦拭器械,进行简单的消毒后便直接用于下一位患者。只有在门诊病人不多的时候,医生才将器械放在普通消毒水里浸泡;口腔镜也是多人使用后不消毒或消毒不彻底;有的甚至在消毒区里摆放着毛巾、牙齿模型等杂物。

而在我市一家正规医院的口腔科,记者看到,消毒室内设备齐全,一次性口腔器械盒在患者用完后随即丢弃;经过消毒后的医疗器械被放置在密封的消毒包里,像常用的镊子、口腔镜等都浸泡在消毒水中,未消毒和已消毒的医疗器械分区摆放,整齐有序。

记者了解到,由于消毒设备比较昂贵,大多数私人门诊不愿购买,许多牙科诊所仍使用紫外线或消毒柜消毒等传统的消毒方法,甚至还有个别诊所只是用酒精进行简单消毒。这样虽然可以杀死普通的病菌,但对一些“顽固分子”则不起作用,极易造成患者交叉感染,传播肝炎、艾滋病等传染病。专家建议,为防止病从口入,患者除了选择消毒条件较好的口腔门诊就医外,还应在看病前主动要求大夫对工具进行彻底消毒。

#### ◇收费方面,私人诊所高低不一

同样的牙齿治疗项目,

各个私人牙科诊所之间的价格却差别很大。拿洗牙一项来说,不同诊所收费就从20元到100元不等,补牙和镶牙的价位差别则更大。

记者在淇滨区一家小诊所询问后得知,补一颗牙只要30元;而另一家私人牙科门诊收费却有60元、120元、180元、260元、360元等不同价位。这里的医生解释说,价格不同主要是补牙所用的材质优劣不一。补牙的材质分国产和进口两种,国产的便宜,价格在120元以内;但像从日本、德国等国家进口的材质就比较贵,价格一般在180元以上。与此相比,我市两家正规医院的口腔科收费处于中间价位,一般洗牙30元,补一颗牙30元~60元,最贵的烤瓷牙也不超千元。

在我市淇滨区一家较大的私人牙科门诊的报价单上,记者发现上面标注的使用材质五花八门,价格差别更大。仅镶牙中的烤瓷牙一项就罗列了近十种,包括镍铬合金烤瓷冠、钛合金烤瓷冠、钴铬烤瓷冠、金铂烤瓷冠以及普通烤瓷冠等,价格也从320元到1460元不等;而一些小型的私人牙科诊所的价格几乎便宜三分之一,甚至一半。

同样是烤瓷牙,为什么价格差别如此之大?一位从事口腔保健的业内人士向记者透露,目前他们在厂家订做的烤瓷牙中,钛合金材料最普遍,一颗钛合金牙的成本大约在260元左右。而有些牙科诊所选用的是一些小作坊生产的烤瓷牙,质量不能保证,价格自然便宜。

多数前来私人诊所看牙的市民表示,选择私人小诊所主要是因为价钱便宜;而正规医院患者多,需要排队,等候的时间太长。所以干脆找一个既不“牙疼”又不“心疼”的地方。

### ◆专家提醒:牙病,不可小视

常言道:“牙疼不是病,疼起来真要命。”可见,在人们心目中,只怕牙疼疼痛难忍,而并未将牙疼当成病。

郭鹏指出,牙疼不仅是病,还是一种慢性病灶;若不及时治疗,可成为引发全身多个系统疾病的“导火索”。例如,一个人如果咀嚼功能差,会影响到胃肠道的消化与吸收。我们常听有人诉说牙齿一碰到冷热或酸甜的食物就疼不敢咀嚼;还有人则不敢用牙咬硬的食物,这样就只能喝稀汤或者囫圇吞枣,长此以往,会加重胃肠负担,引起消化不良,甚至引起慢性胃病。

而牙龈炎、牙周病在普通人群中不仅发病率较高,引起牙周病的牙周细菌感染还可导致心脑血管疾病。因

为牙周细菌所产生的酶,能促使体内血栓的形成。一些细菌毒素经伤口进入血液,会促使人体产生一种类似于血小板的胶状蛋白质,它能促使血液凝固,形成血栓,阻塞血管,导致心脏病和中风。

郭医生提醒市民,要想拥有一口洁白、美观、健康的好牙,除了每天坚持早晚两次刷牙外,最好养成三餐后漱口的好习惯;每隔半年到一年,到口腔科进行一次彻底的牙齿检查,对牙齿出现的问题做到早发现早治疗,俗话说“小洞不补,大洞受苦”就是这个道理;其次,也可通过定期洗牙来清除牙齿上的菌斑和结石,令牙周组织保持健康,防治牙周病,做到防患于未然。