

# 晚上睡觉磨牙,别不当回事

## 烟台市口腔医院专家提醒:既磨损牙齿又影响美观,应及时就诊

本报讯(YMG全媒体记者张莘 通讯员李妹慧)眼下,越来越多的市民患夜磨牙、紧咬牙等咬合相关疾病。烟台市口腔医院专家提醒,磨牙症不可忽视,出现相关症状要及时到正规医院就诊。

“磨牙症是口腔科的常见

病和多发病,一般可分为夜间磨牙、白天紧咬牙或两者兼有的混合型。”烟台市口腔医院咬合门诊主任任光辉介绍,引起磨牙症的原因很多,咬合关系不协调被认为是导致磨牙症的主要因素,包括错颌畸形、缺牙、牙齿缺损或长期单侧咀嚼等。例如,在换牙期大部分儿童由于咬合关系不协调,熟睡中咀嚼肌兴奋,容易导致夜间磨牙。

一些市民认为,晚上睡觉磨牙没啥影响。其实不然。

长期磨牙会导致牙齿异常磨损,磨损严重则会对冷热酸甜敏感、牙齿酸痛松动、牙周组织损伤、牙尖折断、患牙髓炎等。“牙釉质如同一个坚硬的白色保护壳,磨掉后会露出黄色的牙本质,牙齿就会变得敏感。此外,大面积的牙齿磨损还会影响牙齿美观。”任光辉说,夜间睡觉磨牙会产生巨大的咬合力,导致颞下颌关节承受的负荷过大,引发颞下颌关节紊乱综合征,常表现为面部关节肌肉酸疼,甚至伴有颈、臂等部分肌肉疼痛,部分市民晨起时头痛。

针对夜间睡觉磨牙的问题,烟台市口腔医院引进了密歇根根垫治疗技术——在让肌肉放松的同时,引导牙齿在运动过程中分离,避免对牙齿的过度损伤。与传统简易软颌垫相比,它不但可以起到保

护的作用,还可以有适当的治疗作用。

“在很大程度上,磨牙症是随着时间逐渐加重的一种循环疾病。”任光辉提醒大家,磨牙症不可忽视,出现相关症状要及时到正规医院就诊。

记者在采访中了解到,2019年3月,烟台市口腔医院成立咬合门诊,主要开展咬合重建、酸蚀磨耗牙齿修复、夜磨牙紧咬牙的诊治、数字化口腔咬合疾病检查诊断分析等新技术治疗项目以及其他常规修复治疗项目。



## 乙肝临床治愈“赢领项目”启动

近日,由北京陈菊梅公益基金会发起,上海交通大学医学院附属瑞金医院牵头的乙肝临床治愈“赢领项目”启动。上海交通大学医学院附属瑞金医院感染科主任谢青表示,临床治愈是现阶段慢乙肝治疗的理想目标,项目旨在探索患者经过干扰素治疗,逐渐降低乙肝表面抗原(HBsAg)水平,最终实现临床治愈的疗效和安全性。

与会专家介绍,乙肝临床治愈又称功能性治愈,即停止治疗后乙肝表面抗原持续阴性,伴随或不伴随乙肝表面抗体出现,乙肝病毒低于最低检测下限,肝脏生物化学指标正常,肝细胞核内可能仍存在共价闭合环状DNA。

近年来,我国乙肝临床治愈率在逐步提高,但仍有部分患者经过48周的干扰素治疗无法实现治愈。这类患者该如何进一步医治?谢青说:“正是基于此,我们发起了乙肝临床治愈‘赢领项目’,项目计划选择干扰素首轮治疗中应答良好的慢乙肝患者,根据患者意愿选择性接受治疗,探索相关药物的疗效和安全性,为进一步提高慢乙肝患者临床治愈机会提供循证依据。”

据上海交通大学医学院附属瑞金医院感染科副主任医师桂红莲介绍,目前全国共23个省份、90家医院报名参与,计划两年内入组患者2016例。为了减少慢乙肝患者因肝癌致贫、返贫的现象,该项目针对慢乙肝患者中使用聚乙二醇干扰素治疗者还可获得部分赠药等。

据新华社

## 主动脉夹层冬季高发 突发剧痛是典型症状

YMG全媒体记者 刘晋 通讯员 李成修 王婧

寒冬是心血管疾病高发期,对于很多市民来说,主动脉夹层没有心肌梗梗那么“出名”,但它更凶险更致命。烟台毓璜顶医院莱山院区心外科副主任、副主任医师刘朝亮提醒市民,主动脉夹层是危急且致命的急性胸痛疾病,在冬季高发,应格外重视。

他告诉记者,主动脉是人的主干血管,承受直接来自心脏跳动的压力,血流量巨大。当内膜层发生撕裂,若治疗不及时,会增加血管破裂风险和死亡率。临床中,主动脉夹层被称为人体的“不定时炸弹”。

### 突发剧烈性胸背部撕裂疼痛是常见症状

“主动脉夹层的主要危害是血管破裂造成死亡率升高。”刘朝亮说,患者主动脉分支血管的供血功能会受到影响。严重的会造成脏器功能障碍,甚至衰竭。临床中常见的并发症是脑梗、心肌梗死以

及肾功能衰竭。主动脉夹层有较复杂的发病原因,其中高血压、动脉硬化、外伤、炎症、遗传性血管病变、妊娠以及肥胖等是常见因素。中老年患者的主要病因是高血压和动脉硬化。

刘朝亮说,突发剧烈性胸背部撕裂疼痛是急性主动脉夹层患者的常见症状。大部分患者血压升高,且无法有效控制。严重的会出现心衰以及晕厥的症状,有的会突发死亡。当患者主动脉的分支动脉闭塞

时,会出现多脏器如大脑、肾脏、腹腔等缺血。患者出现脑梗死、尿量少、腹痛等症状,有的两腿处有花斑。

主动脉夹层还极易诱发心源性休克、心包积液、心力衰竭以及肾衰竭等并发症。

### 危害大,肾功能衰竭、截瘫是常见后遗症

医生通常会借助CT血管造影、核磁共振、数字剪影血管造影等进行诊断。主动脉夹层临床治疗一般会采取保守治疗、腔内修复以及外科手术等方法。其中,不会产生过大的手术

创伤且有较高安全性的治疗方法是“腔内介入修复技术”。治疗处于急性发病期的患者时,无论采取哪种治疗方法,首先都需要使用硝普钠、吗啡等强化内科药物,其主要目的

是控制血压和疼痛。升主动脉夹层需要采取急诊外科手术;降主动脉夹层病情发展速度较快,或者存在分支血管并发症,则需要利用介入治疗方式,将支架植入其中。如果患者情况

较为危急,除常规治疗外,还需要配合使用气管插管以及呼吸机,严密观察血压、心率、出入液量平衡等血流动力学指标。肾功能衰竭、脑血管意外以及截瘫等属于常见的后遗症。

### 天气寒冷容易诱发,注意加强防范

如何预防?高血压患者需要严格控制血压,并坚持低盐、低脂的饮食习惯,重视早期筛查。当出现胸前区疼痛、短时间内未得到有效缓解或服用止痛药后无明显作用的,应及时到医院治疗。

积极控制血压:对于高血压患者,严格控制血压尤为重要,平时要注意按时服用降压药。增加测量血压的次数,一旦发现血压异常升高或者身体感觉异常,要及时就医。

注意保暖:及时添加衣物,防止感冒、肺炎等疾病,以

免诱发心血管病的发生。养成良好的生活习惯:多选择煮、焖、蒸等方式,控制食物中的脂肪与盐含量。早睡早起,适量运动,避免情绪波动过大、熬夜等不良习惯。

刘朝亮说:“无论采取手术治疗方法,还是腔内介入修复方法,都需要定期坚持随访,严密监测和严格控制血压以及心率。”

眼下天气比较寒冷,人的血管收缩,血压升高,容易诱发主

动脉夹层。特别是节日前后,情绪波动、劳累、饮食作息不规律等是主动脉夹层的诱因,一定要加强防范。一旦出现突发性胸痛现象的病人要立即到医院就医,以免发生更大的危险。

## 6类人易患胃癌 建议每年做胃镜

据有关数据显示,我国胃癌发病率和死亡率在各种恶性肿瘤中均位居第三。温州医科大学附属第一医院消化内科主任医师陈坛辀建议胃癌高危人群每年做一次胃镜,有助于及早发现胃癌病变。

哪些人更容易患胃癌?陈坛辀表示,40岁以上人群;饮食不规律、暴饮暴食,长期进食高盐、烟熏制品、盐腌食品者;生活习惯不良者,如吸烟、重度饮酒的人群;有胃癌家族史者;患有胃溃疡、胃息肉,有胃部手术史等胃病者;幽门螺杆菌感染者。

“需要注意的是,感染幽门螺杆菌会增加得癌概率,但并不意味着感染后一定会得胃癌。”陈坛辀介绍,感染幽门螺杆菌后无需过度焦虑,应根据自身情况积极配合治疗。

定期做胃镜检查,对于早期发现胃癌十分重要。建议胃癌高危人群每年做一次胃镜检查,非高危人群建议40岁开始做一次胃镜,之后每3至5年做一次胃镜检查。

如何预防胃癌?陈坛辀表示,生活方式的调整对于预防胃癌至关重要。要多食新鲜蔬菜、水果,避免高盐和霉变食物摄入,避免暴饮暴食和进食过烫的食物;戒烟限酒;保持乐观的情绪和良好的心态,积极治疗慢性胃病和幽门螺杆菌感染。

据人民网

