

100克巧克力分两次吃完比一次吃完对牙齿损害更大,口腔白斑不一定会癌变……这些都是从现代快报中外口腔论坛暨读者交流会上传出的观点。近日,江苏省口腔医院儿科、黏膜科,以及南京市口腔医院的牙周科、牙体牙髓病科资深专家们齐聚快报,与读者一起分享爱牙护牙的前沿技术和知识,南京康贝佳口腔、南京金铂利齿科的专家也因为风趣幽默的发言、前卫的观点受到读者热捧。

现代快报记者 金宁 李鑫芳/文 马晶晶/摄



现代快报中外口腔论坛现场



读者代表在提问

现代快报中外口腔论坛精彩无限

100克巧克力分两次吃比一次吃完对牙齿伤害更大? 且听专家分解

精彩观点

儿童龋齿和饮食习惯相关 江苏省口腔医院儿科张晓旻主任



近几年儿童龋齿发病率在上升,尤其是饮食精细化之后,门诊中患儿家长认知上最常见的两个误区:第一,很多家长认为乳牙要换不用治疗;第二,不做好基本口腔卫生和保持良好饮食习惯,单纯指望医院的治疗措施。

张主任认为,儿童出现龋齿的原因,一方面是儿童刷牙习惯不好,另一方面是喜欢吃零食。正确刷牙姿势是“竖刷”,并且要“把每一颗牙齿的每一个面都刷到”。此外,现在饮料中的碳酸、果汁中大量的人工

添加蔗糖等都会侵蚀牙齿的牙釉质,导致龋齿,建议家长引导孩子少吃零食,以水果代替零食,为了锻炼孩子的牙齿,水果尽量不要切成小块吃,可以考虑将一个大苹果分成四块给孩子啃,使孩子口腔中的每颗牙都得到全面锻炼。

“医生一直对家长强调要平衡儿童膳食,在乳牙和恒牙发育阶段,薯片、糕点、饼干等精加工零食,对孩子的牙齿只有害而无利”,张主任说,100克巧克力分两次给孩子吃完甚至比一次吃完对牙齿危害更大。

特别关注

种植牙是牙缺失者的首选修复方式

南京康贝佳口腔外籍专家乔治博士



针对牙齿缺失,目前有三种方法可进行修复,即种植牙、固定义齿以及活动义齿。但目前来说,种植牙还是缺牙者的首选,也是口腔医学界公认的首选修复方式。种植牙程序并不复杂,首先在患者的牙骨内打入金属牙根,等金属牙根与牙槽骨紧密结合后,再在其上面装置假牙。种植牙比传统假牙更稳固,也无需磨损真牙,可有效防止牙齿缺损后牙槽骨继续萎缩,最大限度恢复咀嚼功能。如果注重保养维护,种植牙的使用寿命还是很长的,据大量临床资料表明,种植牙寿命大部分超过10年,有的甚至更长。

和其他治疗一样,种植牙也有适应症和禁忌症,具体情况要结合患者的口腔及全身状况来看。比如一些特殊的慢性疾病,如糖尿病、未控制的心脏病和高血压、血液病等就不适合。所以做种植牙前通常都要进行全身及全面的口腔检查,比如拍口腔全景X片和颌骨CT、查血常规等。有些患者甚至还要检查缺牙区的骨质和骨量,以确定是否适合手术。因此并不是所有的医院都有相应的条件

进行种植牙手术。

另外,在与患者的沟通中,我们发现很多人会盲目保留已经松动的牙齿。特别是一些年轻人,不太愿意拔牙,而他们若出现掉牙很多都是跟牙周疾病有关。这种情况下,受影响的牙齿往往不止一颗,可能已经掉了一颗,但松动的有两三颗。对于这样的牙齿,有不少是不能保留的,它们会累及周围的牙齿。如果等它们自然脱落,那时的牙槽骨吸收很可能已经十分严重了,这给后期的种牙造成非常大的难度。这种情况下再种牙,会由于支持骨量不足造成上颌穿孔、感染而失败。所以,如果剩余骨床条件不够好,骨量不足,还需要植入骨粉进行修复。

根管治疗也可以无痛、“一步到位” 南京市口腔医院牙体牙髓病科杨卫东主任



正常的牙齿是白色或偏黄一点。如果发现牙齿上有黑斑或者黑点,一定要高度警惕,因为你看到的可能只是一个针眼大小的点,而牙齿内部已经有了一个很大的龋洞。当龋齿发展为根尖周炎或牙髓炎时,一般会接受根管治疗。而对于根管治疗,很多患者都抱有恐惧,害怕疼痛难忍。事实上,现在的根管治疗已经实现了无痛,只需要使用少量的麻药,患者在治疗中的痛苦就会大大降低。同时,现在的根管治疗也已实现了“一步到位”。

过去,传统的根管治疗疗程长,患者一般需就诊2~3次甚至更多次才能完成全部治疗。而现在只需就诊一次,就能完成治疗,大大减少了对工作生活的影响。虽然就诊次数减少了,但治疗效果不会受影响。

在南京市口腔医院完成的根管治疗病例中,一次完成根管治疗和多次完成根管治疗相比,术后疼痛和肿胀没有明显差别。至于最后要选择哪种方式还要结合牙齿的具体条件、患者的个人情况来定。

口腔白斑不一定会癌变 江苏省口腔医院黏膜科赵玉萍主任



“在黏膜科门诊,最多的是复发性口腔溃疡、口腔扁平苔藓以及口腔念珠菌病”,赵玉萍主任说,复发性口腔溃疡占黏膜科门诊病人的1/4,很多人一看医生就问自己的溃疡会不会癌变,其实口腔溃疡一般不会癌变,口腔白斑的癌变率也只是3%~5%,市民对大而深、病程长的口腔溃疡,应警惕癌变的可能,必要时可以做活检,以明确诊断。

赵主任认为,大家要多多注意老年人创伤性溃疡,她曾经接诊过一位83岁的老人,嘴巴左下第七、

八颗牙的残冠磨擦腮帮,疼痛不明显,但赵玉萍第一眼看到伤口就感觉情况不太乐观,建议拔掉残冠,活检确诊是否癌变,后来结果证实了她的判断是正确的。她提醒市民,舌部边缘、口底、舌腹、软腭复合体等部分,出现边缘不齐、周围有浸润、质地变硬,或底部菜花样小颗粒突起时,一定要高度警惕。专家建议,如能做到戒烟、戒酒;拔掉东倒西歪的牙齿;拔除摩擦颊、舌黏膜的残根,戒除咀嚼槟榔的不良习惯等,可有效预防口腔癌的发生。

韩式种植牙为何受青睐

南京金铂利齿科何进主任



何进主任介绍,种植牙技术解决了很多缺牙患者的痛苦,这项技术发展到今天,已不仅仅是恢复咀嚼功能,美观大方逼真也成为种植牙一个新的发展方向。

南京金铂利齿科是由韩国种植牙专家韩国教授投资兴建。何进主任说,韩国在医疗美容领域要比中国更加领先,这种领先也从整形美容延伸到口腔医学美容。从纯韩美学种植牙的标准来看最起码需达到与真牙95%以上的相似度,更要注重种植体的三维空间美学效果,而评价美学效果的关键就是要求种植修复体周围软组织与邻牙牙龈的形态、颜色以及质地相协调一致。其次还要兼顾与患者的脸型、嘴唇、骨结合情况高度对称与协调,之前,有韩国的口腔专家提出前牙美学的概念,前牙美学又称为“红白美学”,其中“白色美学”,是指仿真修复体的部分(如瓷贴面、瓷冠等)形态逼真自然,并且根据年龄、性别、肤色以及面形做到个性化修复;“红色美学”是指牙龈美学,健康的牙龈通常呈现一种连续、起伏的波浪状,与牙齿交互辉映,形成龈齿红白相间,自然和谐

的节奏美、色彩美、健康美。

前牙修复的难度往往要比后牙修复高。后牙种植能用就行,前牙种植不仅要能用,而且还要好看。因此前牙种植修复工作,需要医生掌握更多的相关技术,在制订治疗方案时,要根据每个人的五官、嘴唇、牙齿外形、性别、年龄、职业等情况进行个性化的设计,保证修复体的形态、颜色符合美学要求,并增加微笑时嘴角的平衡性,既保持了种植牙的咀嚼功能,又最大限度地达到最好的美学效果。

门诊中牙周病已经成为拔牙的首位原因 南京市口腔医院牙周科吴文蕾主任



在目前的门诊里,牙周病已成为拔牙的首位原因。上世纪80年代拔牙约有40%是因为牙周病,而现在这个比例大约是60%。不过这些数字并不是说牙周病的发病率在上升,其实它在国内的发病率一直很高。只不过其他因素被控制了,比如龋齿、虫牙,所以龋齿造成拔牙比例大幅度下降,这样牙周病造成拔牙比例大幅上升。牙周病变进展缓慢,在早期除了牙龈出血,没有其他明显症状,所以容易被人忽视。等出现比较明显的牙齿松动、

流脓或畸形牙周脓肿再就诊时,治疗就非常困难了,结果经常是不得不做拔牙处理。

牙周病年龄越大,发病率越高。三十岁时比较轻微,然后越来越严重,到六十多岁牙周病达到高峰。七十岁可能会下降,因为很多人牙齿开始脱落,甚至有人没有牙了,也就谈不上牙周病。牙周病影响的不仅是口腔,它会带来全身的健康风险。在排除心脏病的其他易感因素后,牙周病患者患心脏病的危险性要比牙龈健康者高出1倍。