

你每天都刷牙？姿势不对等于白刷

中老年人牙齿缺失的主因是牙周病，应定期进行口腔检查



世界卫生组织把口腔健康列为人体健康的十大标准之一，口腔疾病严重影响面容美观、语言、吞咽、咀嚼、发音等功能，牙齿疾病与全身多种系统性疾病有关，如心脑血管疾病、糖尿病等。南京市口腔医院牙周科副主任医师谭葆春表示，牙周疾病是危害我国居民口腔健康的最常见的疾病，建议大家平常要注意口腔保健，定期进行口腔检查，远离牙周疾病。

通讯员 史张丹
现代快报/ZAKER南京记者 任红娟



3D眼科手术落户南京
医生手术如看“大片”

快报讯(通讯员 张晓辉 记者 安莹) 看过3D电影、3D视频，你见过3D手术吗？日前，南京医科大学附属眼科医院姚进教授像往常一样经过细致的术前准备坐在了手术台上，然而手术台的布置却和往常不一样，多了一台55英寸3D显示屏，手术中不再需要双眼紧盯手术显微镜的目视镜，而是戴上一副3D眼镜，观看前面的3D大屏就可以了，手术立体感强，细节一目了然，手术过程轻松自如，手术医生就如在上演一部“3D眼科手术大片”。

70岁的陆先生，因眼底出血需要做视网膜玻璃体切割手术，这种手术就是利用激光在比头发丝还细的视网膜病灶血管出血点准确封阻，手术精细复杂，时间长难度大。医院首次将3D手术系统运用到眼科眼底手术中，手术成功完成。姚进教授说，运用3D眼科手术系统，能够很清晰直观地看清水眼，立体结构精细显示，眼球血管清晰可见，手术定位更准，减少损伤，对手术操作有很大帮助；尤其是在眼科手术医生培训带教中更加直观，具有得天独厚的优势。

中老年人牙齿缺失 牙周病是主因

临床统计，约80%的中老年人患有不同程度的牙周疾病，牙周病是牙齿周围组织的慢性病变，能引起牙周支持组织的破坏，造成牙齿的松动和脱落，牙周疾病是我国中老年人牙齿缺失的主因。

谭葆春说，牙周炎的可怕之处在于，它是隐形的破坏者，一般情况下，患者牙齿没有蛀牙，也没有疼痛症状，但牙周炎在不知不觉中使牙周组织遭到严重且不可逆的破坏，以致多个牙齿松动，甚至自动脱落。松动严重，经常发炎的牙齿不得不拔除，而且拔下或自动脱落的牙齿看起来都是“好牙”，相当于牙齿的土壤坏了，牙齿没法存活，“我接诊过很多牙周炎病人，有些人的牙齿就诊时已经自动脱落了，有的牙齿尽管是完整、没有龋坏，但牙齿松动严重，必须拔掉，否则会经常发炎，时间长了会影响到旁边的牙齿。”

牙齿出血要引起重视

除了口腔组织结构的增龄性原因，不少人的口腔问题其实是自身行为造成的，谭葆春表示，牙周炎不是老年人的专利，现在有不少年轻人也患有牙周炎，建议年轻人也要重视口腔保健工作，每年至少进行一次口腔健康检查，提倡每年洁牙(洗牙)一到两次，口腔

出现不适、疼痛、牙龈出血、异味等症状应及时就诊。

谭葆春介绍，出血是牙周炎的典型症状，具体每个人的情况不同，多数人刷牙出血，有些人是早晨起来的时候口内有血，如果炎症情况比较重的话，有些人在咬硬的东西时候也会出血，有些人吃馒头也会出血，

如果牙齿反复出血，一定要及时到医院治疗，否则就错过了最佳的治疗时间。“我接诊过不少年轻的牙周病患者，其实患者一直都有刷牙出血的现象，但久而久之就把出血当成了理所当然的事情，没有引起足够的重视去及时就医，结果造成了很严重的牙周炎。”

口腔保健是个细致活

谭葆春表示，尽管刷牙是我们每天必须要做的事情，但不少人还是没有掌握正确的刷牙方法。刷牙时，应采取BASS刷牙法，大家可以上网找一些视频看一下，牙齿的外面、里面、咬合面等各个角度都要考虑到。早晚必须刷牙，

每次时间不少于3分钟，饭后漱口。建议选用刷头较小的软毛牙刷，根据口腔健康需要选择牙膏，提倡使用含适量氟化物的含氟牙膏预防龋病。同时注意及时更换牙刷。

平常要使用牙线辅助清洁牙齿，但是切勿使用蛮力在

牙缝间无序拉扯，这样的方式不仅难以清洁到位，还可能对牙齿及牙龈造成损伤。谭葆春提醒，正确的方式是将牙线放在牙缝的位置，在牙齿的内外侧缓慢拉动，通过两个牙的接触点后，进入牙缝间，清除牙缝间嵌塞的食物及菌斑。

在世人眼里，粪便是恶臭的，令人反感，人人都避之不及，但在医生的世界里，经过处理，它可以用来治病救命。在南医大二附院，就有这么一个特殊的科室，专门利用便便治病救人。

现代快报/ZAKER南京记者 任红娟

干冰包裹着“便便”，千里送来救人命

千里之遥，就靠这个救命

2016年初，李华(化名)结肠癌术后2个月在大连大学新华医院进行化疗。他还有高血压、糖尿病、脑梗死、丙型肝炎病史。由于多病缠身，化疗结束后出现了发热、腹痛、腹泻，白细胞减少等情况。经过治疗，白细胞恢复正常，但是腹泻却越来越重，最多达到一天要上20次洗手间。遗憾的是，粪便和血液检查，都未能证明是哪一种病原体感染。

病情持续并加重1个月，多种药物治疗都不能控制肠道的这种不明病原体的感染。经过与病人本人和家属沟通，医患双方都同意实施粪菌移植治疗。

医生向病人介绍了中华粪菌库紧急救援计划，并与南

京医科大学第二附属医院肠病中心张发明主任讨论方案，最终通过实验室人员的“流水”流程，将用干冰保存好的菌液，从南京很快送到大连大学新华医院的消化科病房。

新华医院的医生和护士按照操作说明书，将冻存的治疗用品解冻复温之后，按照流程顺利完成了治疗。治疗之后，病人的各项感染指标迅速好转，并最终达到正常水平。肝功能逐渐恢复正常，腹泻很快消失。长时间生病所出现的营养不良也很快得到有效治疗，体重在3周的时间内增加了25斤。

张发明告诉记者，这样的异地挽救，几乎每周都在进行。

菌群移植是一种特殊的器官移植

这种治疗方法不在教科书里，也不在医学指南里，但利用人的粪便来治病，我国在2000年前就用了，尽管那个时候还没有人知道细菌是何物。在李时珍所著《本草纲目》(1596年出版)，记载用人粪治疗的方药多达二十多种。

南京医科大学第二附属医院肠病中心主任张发明介绍，人的肠

道里的菌群数量约1000至1050种，细菌数量达到100万个，正常的肠道菌群处于和谐稳定的状态，一旦“和谐”被打破，某些细菌数量增多、减少或者缺失，人就生病了。“粪菌移植，就是将健康人粪便中的功能菌群，移植到患者肠道内，重建新的肠道菌群，实现肠道及肠道外疾病的治疗，也被称为

一种特殊的‘器官移植’。”

迄今，全世界已有数千例患者接受粪菌移植治疗。“菌群移植对抗生素治疗无效的肠道感染，治疗效果最好。对于难治、难治性肠病，包括腹泻、炎症性肠病、顽固性便秘等胃肠道疾病也有很好的疗效。”张发明表示，未来粪菌移植的前景还是很好的。

菌群移植挑战患者的美学标准

张发明表示，面对一个新的治疗方法，对医生和病人的考验是很大的，“成功的救治要建立在病人的足够信任的基础上，不少病人第一次可能很难接受这种疗法，但一项针对难辨梭状芽孢杆菌肠炎患者的调查显示，如果病情反复，

97%的患者愿意接受粪菌移植，53%的患者愿意将粪菌移植而不是抗生素作为治疗复发的首选。”

2014年，用于粪菌移植的智能微生物分离系统成功被研制出来。张发明表示，这套智能系统不仅为患者提供“干净”的细菌，更

能让操作者“干净”地工作，解决了粪菌移植推广上的一大难点。“中华菌群库”紧急救援库2015年启动，“现在一个月能治疗100人次，包括来自全国各地的病人，我希望让全国肠道感染的病人都能享有平等的救治机会。”