

我们的每一颗牙齿都很珍贵

口腔专家葛久禹做客《名医天团》首场直播,吸引数万网友围观、提问



直播截图

“

都说“牙好胃口就好,身体倍儿棒,吃嘛嘛香”,吃饭这么重要的事,这吃饭的工具——牙齿,那必须得保护好!说到牙齿问题,每个人都像是“十万个为什么”,各种各样的问题那是相当的多。那些你一直以来坚信的护牙方式是“对”还是“坑”呢?

为了大家的牙齿健康,12月17日,现代快报+·ZAKER南京联合天下美篇报,在美篇App上进行了《名医天团》的首场直播,当天邀请的是重量级专家——南京大学口腔医学院教授、研究生导师,南京市口腔医院高级专家诊疗中心主任医师葛久禹。1个小时的直播时间里,数万网友来到直播间围观、提问,创造了美篇直播当周流量王。

现代快报+ZAKER南京记者 张宇

直播部分问题选登

直播小助理小美美:有网友问蛀牙是虫蛀的吗?

葛久禹:这个问题非常好,我在临床工作中也经常遇到这样的问题,比如有一个老爷爷过来看病,我说:你什么不好啊?他说:我有一个虫牙!我说:你有个虫牙,请问你虫在什么地方呢?他一下愣住了,说:我不知道虫在什么地方。这就是一个误区,很多老年人都认为,这个虫牙是虫蛀的,实际上不是的,蛀牙主要是在细菌的作用下,利用我们的食物,特别是碳水化合物里面糖的成分,把它产酸,然后造成有机质分解,无机物脱钙,形成一个蛀洞。几百年前,在显微镜没有发明之前,人们看不到实物,所以就认为是虫蛀的,而且更有意思的是,那个时候的牙医用的是潘金莲杀死武大郎的方法,用砒霜把这个虫杀死,这样牙疼就消失了,这个理论上是荒谬的,但治疗上是有效的,他以为杀死的是虫子,实际上杀死的是牙神经,这个治疗方法延续了几百年。有了显微镜以后,才知道不是虫蛀的,现在就正确认识到了蛀牙的产生。蛀牙主要是一个四连因素,细菌、食物(主要是碳水化合物)、不同的个体,再加上时间就产生了蛀牙,我们叫龋齿。

直播小助理小美美:葛主任,我们有一位美友博浪沙提问,最后面一颗槽牙松动了几年,平时没有特别的不适感,请问要不要加固?还是不管不顾,任由它发展?

葛久禹:这个加固,它毕竟不是装修,把牙齿加固一下。牙齿松动首先要诊断清楚,像这么一个后牙,可能要拍一个X光片来判断一下。因为牙齿松动主要有两类,第一是牙周病,牙周病造成牙周组织破坏,当你牙周生病以后,牙齿就在里面晃动。第二是蛀牙产生以后,牙髓炎导致根基不牢了。所以像这样的情况,建议到医院去拍一个片子,让医生好好诊断一下。

直播小助理小美美:发现大家提的问题真的是非常多,现在又有一个网友问我们葛主任了,牙齿敏感怕太冷又怕太热怎么办?

葛久禹:我不知道这个是小伙子、

小姑娘还是老爷爷,一般来讲牙齿怕冷怕热,应该是老年人,牙齿过敏了。牙齿过敏怎么治疗?第一要针对原因,如果你是因为蛀牙造成的牙本质过敏,那要去医院补牙,如果说不是,是长期磨损造成的,你就脱敏,中医有个办法用大蒜头擦牙面,西医的方法可以买脱敏牙膏。

直播小助理小美美:牙齿里明明有个小洞,补牙的时候,为什么医生要帮我小洞磨大洞?

葛久禹:好,这个问题提得很好。我们在临床上也经常会遇到病人投诉,他说为什么一个芝麻大的洞,要磨到有黄豆那么大。实际上临床很常见,我们看一下模型,一个小小的洞,看到吧?我们把小小的洞反过来看,注意看好,反过来看。大家看到了吧?这么个洞,刚才看很小,怎么就有这么大的洞呢?牙齿的蛀牙,它有点像什么?像老鼠打洞一样,外面小里面大。你表面上看是芝麻大的洞,实际上它有黄豆大,所以医生是为了彻底挖干净,绝对不是小洞磨成大洞,而是你的牙洞本来就那么大。

直播小助理小美美:又有一位美友寻常来问问题了。请问葛主任,市场上卖的那种喷水的洗牙仪可以用吗?对牙齿会不会有伤害?

葛久禹:喷水的洗牙仪?我估计你这个讲得不是很准确,我估计你讲的是牙间隙冲洗器,牙齿中间不是有食物牵扯吗?用冲洗器把它冲干净,可以用的。过去我们用牙签,实际上很不好,后来就提倡用牙线。牙间隙冲洗器是可以用的,而且它的力量比较大,能够把你牙齿间的东西冲得很干净。

直播小助理小美美:这个问题一看就是我们年纪大的美友来问的,他问年纪大了就会满嘴掉牙,是不是一定要装假牙?

葛久禹:人的牙齿在健康的情况下,应该像你的眼睛、耳朵、鼻子一样为你服务。但由于疾病的原因、外伤的原因,可能牙齿会缺失。那么牙齿缺失怎么办?应该把牙齿继续装起来,或者种牙都可以。你想想,如果

中间牙齿掉了,旁边两颗牙齿可能会靠过来,然后对面牙就会造成咬合关系紊乱。所以牙齿缺失了以后应该及时修复,装个假牙。

直播小助理小美美:有美友问,我50多岁长了智齿,这可咋办?

葛久禹:你讲得很好,这也是一个很好的故事。可能在20年前,在一份报纸上看到一条消息,80多岁的老太太长新牙了。后来我去看了一下,根本不是长新牙,她的智齿一直长不出来,后来嘴巴里面的牙齿慢慢掉了,然后有个空间,智齿长出来了。我估计这个50多岁的小老弟,也是这种情况,他有一个智齿,但长不出来,然后他前面的牙开始坏了,留下一个空间,慢慢就长出来了。这个智齿长出来是好的,你可以保留它,可以保留下来。

直播小助理小美美:有美友问,宝宝三岁半牙齿都黑了,怎么办?

葛久禹:你的宝宝小时候是人工哺乳还是喝奶粉?有一种小朋友的牙病叫奶瓶龋,有的家长为了安定团结,经常在小朋友闹的时候,把一个奶瓶放进去,让小朋友吸着吸着就睡着了,小孩睡着了,你不可能叫他起来漱口,或者帮他擦洗牙齿。小孩一定要从小养成刷牙的习惯,这个是非常重要的。一开始不是要他刷牙有多正确,刷牙正确是五六岁以后的事情,现在主要是让他养成刷牙的习惯。很多家长知道小孩不能吃糖,但小孩吃糖你很难控制,对吧?小孩吃糖可以,但要做到两点,第一,糖不能含在嘴里,要咬掉;第二,吃掉以后要漱口。

直播小助理小美美:门牙旁边两颗牙都坏死了,要不要拔掉?

葛久禹:门牙旁边两颗牙坏死,我不知道他是成人还是儿童。如果是儿童,可以把它拔掉。如果是成人的话,应该治疗,而不是拔掉。坏死并不是不能治,坏死以后我们可以把坏死的牙髓组织拿掉,然后我们做完善的根管治疗,把根留住。我建议他还是到医院去看一看,能够保留还是尽量保留。

直播中,葛久禹强调了好几遍,预防牙病是最重要、最有效、最经济的手段,就是认真刷牙,早晚刷牙,每次刷牙3分钟,牙刷应该3个月换一次。在一个个问题解答中,你会发现一直以来的护牙习惯,其实是踩了坑。希望大家把自己的每一颗牙齿都当作钻石去对待,千万别对自己的牙迷之自信,记得定期检查,有问题别怕麻烦,别怕看医生。