

32岁只剩4颗牙,原来是它惹的祸

医生:从健康牙齿到牙齿掉光仅5步

近日,“32岁女子牙齿几乎掉光”的新闻引发关注。湖南岳阳32岁的朱女士全口却只剩下了4颗牙,不仅没法正常吃饭,颜值也受到了很大影响。



1 32岁牙齿几乎掉光,原来是它惹的祸

从22岁起,朱女士就发现自己的牙齿逐渐松动,甚至脱落,到医院做了全身检查,也没有明显疾病。直到近日严重影响生活,她才在家人的陪同下,到湖南省人民医院口腔二病区就诊。

接诊的湖南省人民医院口腔二病区主任张特检查发现,让朱女士缺牙的罪魁祸首是——侵袭性牙周炎。

牙周炎分慢性与侵袭性两种,侵袭性牙周炎也曾被称为青少年牙周炎、快

速进展性牙周炎。侵袭性牙周炎早期症状轻微,一开始可能只是口臭、牙痛、牙痒、牙龈出血等,容易被忽视或被认为因压力过大导致,简单吃些消炎药对付过去。

2 “掉牙”已经不是老年人的专利

朱女士的经历不是个例。“掉牙”已经不是老年人的专利,90后面临未老先衰的局面,其中大部分都是因蛀牙或有牙周病不注意,治牙为时已晚只有拔牙、种牙。

湖北省孝感市中心医院口腔科副

主任医师徐勇刚称,一个30多岁的小伙子,因“牙齿松动”来就诊。但等待他的,却是晚期牙周炎患者的最终归宿——全口牙松动、拔除。

换句话说,他看起来一颗牙也不缺,但其实一颗牙也没有了——这就是

晚期牙周炎患者面对的“无牙窘境”。

然而,对于不少口腔大夫来说,这样“全口牙齿拔除”的病例并不少见。许多原因都可能导致牙齿脱落,但牙周病是目前世界上公认的造成成年人牙齿脱落的主要原因。

3 从牙齿健康到牙齿掉光仅5步

牙周炎从初期的牙龈出血到晚期的牙齿松动脱落,可能要十几年甚至几十年,因此很多人不重视,到老了掉了才后悔莫及。

从健康牙齿到掉牙,可以总结为5步:

第一步:长牙菌斑、牙结石

牙周炎,就是一种由牙菌斑和牙石引起的牙周组织的炎症。身为“罪魁祸首”的牙菌斑,是一种由口腔内的细菌和食物残渣形成的薄膜,附着在牙齿表面。如果不及时清除,牙菌斑就会逐渐矿化,形成牙结石,进一步刺激牙龈和牙周组织,引发牙周炎。

每个人都有牙菌斑,区别只在数量,这也是牙周炎发病的关键。通过每

天正确、高效地刷牙,可以让牙菌斑维持在致病水平。

第二步:早期牙周炎

早期牙周炎牙龈红肿,会有出血现象发生,尤其是吃硬物,如苹果、烙饼时,食物上会有血迹。刷牙时,泡沫中会有浅色血迹。

但病变部位相对较浅,深部的牙周膜、牙槽骨和牙骨质没有受到严重损害。牙齿没有出现松动的现象,这是治疗的最佳时期。

第三步:轻度牙周炎

如延误治疗,早期牙周炎将继续往深处发展。炎症会进一步加重,发展到牙周膜,并破坏牙周膜,同时牙槽骨吸

收形成牙周袋。

轻度牙周炎会有牙龈红肿、出血,口臭。

第四步:中度牙周炎

一旦牙周袋形成牙菌斑,牙结石会长在牙周袋内,细菌的代谢产物和毒素会进一步加快。牙槽骨的吸收进一步引起牙周组织的破坏。

中度牙周炎会咀嚼无力、口臭、牙龈退缩、有牙缝。

第五步:重度牙周炎

重度牙周炎会牙齿松动、移位,疼痛,溢脓,牙齿脱落。当牙槽骨吸收到一定的程度后,牙齿会出现松动甚至脱落。

4 出现这6种表现,当心是牙周炎的信号

都说牙周炎是个隐匿的“牙齿杀手”,如果发现以下症状,建议及时就医检查——

牙龈出血 在刷牙或咬硬物时出现牙龈出血,但很多人会认为是上火,选择任其发展。

牙龈红肿 牙龈颜色由粉红色变

为鲜红色或暗红色。

牙周脓肿 牙齿和牙龈之间形成的牙周袋,以及溃疡、发炎等导致牙周袋内产生脓性分泌物,牙周组织形成脓肿。

口臭 牙齿和牙龈之间的牙周袋还会滋生细菌,产生的代谢产物导致口

腔出现持续的异味。

牙齿松动 随着病情发展,可能出现牙齿松动甚至脱落。

食物嵌塞 牙龈软组织的炎症会导致萎缩,牙齿松动移位后牙缝变宽,食物很容易卡在牙缝之间。

据健康时报



3种不良生活方式 患癌风险大大增加

世卫组织下属国际癌症研究机构发布数据显示,世界上约1/5的人会患上某种癌症,约1/9的男性和1/12的女性死于癌症。

生活方式不好,会增加患癌的可能性,哪些因素更易诱发癌症?

日常生活与癌症的发生息息相关,国际期刊《国际癌症杂志》近日刊登研究显示,中国癌症负担持续上升,预计2012年—2035年间,可改变风险因素导致的癌症死亡人数将继续上升。

其中,吸烟、缺乏运动和水果摄入不足,将成为与癌症相关的前三大风险因素,但坚持最佳生活方式可避免40%的癌症死亡。

吸烟给癌细胞可乘之机 烟草燃烧时会释放数千种化学物质,其中有200多种会对人体健康造成伤害,70多种是世界卫生组织国际癌症研究机构认定的致癌物。这些致癌物会导致机体细胞的DNA突变,从而引起癌变,还会侵袭免疫系统,降低免疫力。

运动不足免疫低下 长期缺乏运动,会导致新陈代谢缓慢,脂肪过多地囤积于体内,导致肥胖,机体的各项功能随之衰退,免疫力下降、内分泌功能失调,增加癌症发生风险。

水果吃得少营养缺失 水果吃得太多,可能导致维生素、膳食纤维等缺乏,影响身体的正常生理功能,进而增加罹患癌症的风险。

——生命时报

冬天熬夜更伤身体

很多人可能不知道,冬天熬夜带来的损伤,比其他季节更大。

熬夜削弱御寒能力 按照我国传统医学的理论,冬天人体的阳气原本就弱,而深夜到凌晨这段时间又是一天中阳气最弱、最寒冷的时段。

早睡应该是顺应季节变换的做法,如果这个时候不睡觉,即使穿再多衣服,人体都很难抵挡寒邪入侵。

冬季早睡晚起还能躲避深夜严寒,防止寒气挫伤阳气,减少感冒。

熬夜损伤免疫力 “猫冬”这个词,指的是“藏”好饮食起居。目的是藏精纳气,保存体力,增强自身免疫力,这样才能在春天万物复苏、各种病菌蠢蠢欲动时,更好地抵御外邪侵袭。

中老年人最好晚上9点左右入睡,早晨太阳出来了再起床,这样做既能保证充足睡眠,又有利于阳气潜藏、阴精积蓄。

医生提醒:生活中要遵守生物钟规律,合理安排作息,尤其是冬晚上不要熬夜,早睡早起,否则容易生病。

——生命时报

痒了两个月,睫毛上竟“住着”螨虫

近日,武汉90岁的王老太突然双眼发痒,并伴有流泪和异物感。到医院就诊,被确诊为蠕形螨睑缘炎、干眼症、睑板腺功能障碍。检查还发现,王老太的3根睫毛上竟然“住着”十几只螨虫。

接诊医生解释,蠕形螨睑缘炎是由蠕形螨感染引起的慢性炎症性疾病,主要影响睑缘皮肤、睫毛毛囊、皮脂腺、睑

板腺及其开口,具有一定的传染性。干眼症患者中,螨虫的检出率约为80%。螨虫会导致睑板腺堵塞,引发眼表炎症,进而诱发干眼症。

医生表示,老年人眼睑抵抗力差,容易导致螨虫过度繁殖,此外,老年人床上用品清洁度不足也是感染螨虫的重要因素。这3类人群,眼睛容易感染螨虫:

生活环境脏乱的人群 长期不更换枕巾、枕套、被套,易感染螨虫。

养宠物的人群 宠物毛发中螨虫较多,接触宠物后揉眼睛可能导致螨虫转移。

老年人 免疫力较低,螨虫在眼中生长繁殖较快,所以老年群体中蠕形螨感染率特别高。

据武汉晚报

