

健康生活小常识

药物不能用牛奶送服

有些药物,如四环素等与牛奶同时会降低药物的吸收量。喝牛奶和服药的时间最好相隔2小时。

矫牙要把握好时机

吃甜食,不刷牙是大忌



本报讯(记者 夏咸芳)爱美之心,人皆有之。随着生活水平的提高,近几年,牙齿正畸渐渐成为一种关乎健康和美丽的新潮流,要求做牙齿正畸的人也越来越多。近日,记者就牙齿矫正最佳时期?如何正确对待矫牙?大牙矫治是否容易脱落等问题采访了咸宁市第一人民医院口腔科主任何小林。

矫牙时机因人而异

矫牙是不是也有最佳时间?对此,何小林表示,虽然矫正牙齿的确有一个相对的最佳时机,可并非人人都用同一个标准,因此具体时间一定要由医生来决定。一般来说,矫治的最佳时间取决于牙颌畸形的类型和个体的生长发育。人的一生有2幅牙齿,一幅是乳牙,另一幅是恒牙。恒牙列初期往往是生长发育的高峰期。男孩大约是

在十二、三岁,女孩大约是在十一、二岁。最佳矫正时期并不适用所有患者,因为牙颌的矫正是一项系统工程,如能及时发现影响正常生长发育的因素,采取一些预防性矫治措施,往往可以中断或阻止牙颌畸形的进一步发展,大大方便以后可能所需的矫正。如在四岁左右就可以进行乳牙“地包天”的矫正治疗,咬唇、吮指等不良习惯的破除治疗;而对于8—10岁儿童的一些牙颌畸形,如下颌后缩,在其恒牙开始萌出时,可以采用功能诱导的方式促进下颌发育,将其导向正常。而患有严重的骨性牙颌畸形的患者,有时需要等到18—20周岁生长发育完成后再做正颌外科手术。

牙齿变松无需担心

孩子矫牙期间,家长们常常会听到孩子们牙齿变松,不敢咬硬物的抱怨。非常担心矫牙会毁掉孩子一口健康的牙齿。对此,何小林称,在进行矫牙期间的牙齿会变松,因为牙齿只有受到牙箍的作用力才会在骨头里移动,牙根周围的骨头发生改建,从而使牙齿出现一定的活动度。牙齿通常在矫正期间会以每月1毫米的速度移动,这是很正常的现象,但移动到目的地三个月后,会完全恢复到治疗前的稳固程度。所以说,矫牙期间牙齿变松是在生理范围之内,不用担心。等拆除牙箍后,牙齿会重新稳固。

拔牙矫治对牙无害

今年12岁的小燕,因门牙外凸,牙列排列不整齐影响了整个面部美观。日前,她在妈妈的带领下,来到咸宁市第一人民医院矫牙,在经过一系列检查后,医生告诉她,为了将所有牙齿排列整齐,至少需要拔掉四颗牙齿。听到这个结论,小燕妈妈登时犹豫不决起来,最终放弃了对小燕牙齿进行矫正。记者在采访中发现,像小燕妈妈一样,不少患者因不愿拔牙而放弃了牙齿矫治,他们担心拔牙后会影响咀嚼功能。

对此,何小林指出,这种顾虑是多余的。对牙颌畸形的患者来说,正畸是非常重要的。因为牙齿的畸形不仅影响了患者面容的美观,它还会导致牙齿功能的丧失,因咀嚼不彻底而加重胃肠功能的负担。此外,牙齿不齐还会导致患者口腔清洁困难,刷牙刷不干净,易影响牙齿和牙周的健康。在矫治过程中,一部分患者必须通过拔牙才能获取必需的间隙来排齐牙齿,帮助建立起良好的咬合关系,同时还可改善脸型,获得满意的疗效。由于矫牙是通过适度的矫治力使牙齿移动。牙齿移动是一种缓慢的骨质生物改建过程:被移动牙周围的骨组织受压骨吸收,受牵张则骨新生,随牙齿移动骨逐渐重建。多年的临床实践证明,渐进的、正规的矫治不会对牙齿、牙周组织产生创伤,也不会导致牙齿脱落,包括大牙。

医生简介



何小林

咸宁市第一人民医院口腔科主任、副主任医师,从事口腔工作30余年。共发表论文6篇,大会交流论文3篇。对技术精益求精,熟练掌握本专业各项诊断,鉴别诊断和治疗技术;特别是在口腔修复和正畸方面掌握得更全面。

科室简介

咸宁市第一人民医院口腔科现有16名医护人员,其中副主任医师2名,主治医师4名,医师5名,技师1名,护士4个。口腔科下设口腔内科、口腔外科、口腔修复科、口腔正畸科四个科室。
口腔外科:颌面部肿瘤手术、腮腺囊肿、颌下腺囊肿、舌下腺囊肿及牙床囊肿。颌面外伤(上下颌骨骨折、颌固定等),各类牙齿拔除、颌面间歇感染及颞下颌关节疾病等。
口腔内科:目前比较先进的是根管治疗、龋病、各类牙体牙髓病、牙周病、口腔可开粘膜病、光固化、窝沟封闭等。
修复科:各类活动牙修复、各类固定牙修复包括普通烤瓷牙的修复、贵金属烤瓷牙修复等。
正畸科:各类牙列不齐的矫治、包括反颌等。

咸宁市第一人民医院
★新农合定点医院 ★铁路医保定点医院
★市、区两级职工医保居民医保定点医院 ★大病救助定点医院
办公电话:0715-8332914
院址:鱼水路与107国道交界处
网址:www.xndymy.com

痘印、皱纹不用愁、微针治疗帮你忙

——咸安区中医医院推出微针治痘印新技术



本报讯(记者 夏咸芳)痘印和痘疤是很多青春痘患者心头永远的痛。虽然通过一段时期的治疗,脸上的青春痘已经痊愈了,但是由于太晚就医或是之前痘疤长得太厉害,脸上本来长痘痘的地方留下了一大堆颜色深浅不一的痕迹,严重的甚至会有坑坑洼洼的疤痕。近日,咸安区中医医院特推出微针疗法,以帮助痘印患者及脸上细纹、干纹严重者解除烦恼。

微针祛痘对皮肤无害

据咸安区中医医院康复科医师屈贞介绍,与传统的激光祛疤技术相比,微针祛除痘坑痘印,是在不损害皮肤的情况下,利用微渗透技术,直接清除皮肤深层的细菌、毒

素和阻塞物,让皮肤更加清洁。而传统激光祛疤印则对皮肤存在一定的伤害,术后往往使患者皮肤变薄。
屈贞称,微针去痘治疗性质温柔,送入肌肤底层的营养液都是人体肌肤所需要的,不会和人体产生任何排斥反应和副作用,再则微针美塑疗法属于非侵入性的美容治疗方式,因此治疗过程无痛、安全、轻松、舒适。一般一次微针美塑治疗只需数十分钟即可完成。
此外,微针治疗还具有去皱提升的作用,它能唤醒肌肤再生功能,消减幼纹、表情纹,恢复青春。适合眼角纹、抬头纹、口周纹等动力性皱纹,以及脸部衰老性及光老化的细纹、幼纹和松弛老化皮肤。

祛痘安全不反弹

屈贞介绍,微针治疗痘坑痘印新技术,主要是利用微针,在肌肤表面形成数万个微细管道,把生物活肤成分,经过微针滚轮滑动,这样就可以慢慢地渗入深层的肌肤。而且微针可以促进胶原蛋白和弹力纤维增生、修复和重新组合,激发细胞活性,促进细胞再生,调节油脂的分泌,抑制了杀灭深层的细菌,彻底平复痘疤,让皮肤的质地、色泽、弹性、光泽度都有明显的改善,恢复肌肤年轻状态,让痘疤留下的凹坑及痘印消失,减轻爱美人士面部及眼部的一些细纹和干纹。是一种无创伤的手术,非常的安全,而且简单。其治疗时间短,不会影响工作和生活,治疗后也不会反弹。
屈贞称,微针治疗一次,就有一定效果,一般在做第三次治疗之前就会有比较明显的效果,而且效果是叠加的。通过多次做微针,痘坑痘印将慢慢消除,眼周细纹及干纹则明显减轻。

微针治疗注意事项

屈贞表示,虽然微针治疗对人皮肤无害,但不表示人人都可以随时接受微针治疗。如女性怀孕期、哺乳期和月经期是禁用微针治疗的。对蛋白质和金属过敏者也要谨慎使用;严重心脏病期,高血压、高血糖、血凝机制差,神经系统紊乱、疤痕增生性皮肤也要慎重使用。此外,微针治疗期间要少吃辛辣刺激食物,不喝色素浓的饮料,避免阳光照射,电脑辐射,不涂抹刺激性化妆品。治疗后12小时不沾水,疗程期间避免蒸桑拿,多吃含VC的水果食物。

医生简介



屈贞

咸安区中医医院康复科医师,毕业于湖北中医药大学,擅长中西医结合治疗痤疮及痤疮愈合后痘印、痘疤的诊治。

咸安区中医医院
咸宁市惠民医院
★新农合定点医院
★市、区两级职工医保、居民医保定点医院
★商业保险定点医院
走中西医结合之路
发挥中医特色优势
健康热线:8324525/8016228
院址:咸安区长安大道73号
网址:http://www.xaqzyyy.com