

口腔健康不容忽视



本期指导专家

患有牙周炎如何治疗,在日常生活有哪些注意事项?中医如何治疗口腔溃疡? 1月18日上午9:30-10:30,本报健康热线 0551-2623752,邀请安徽省针灸医院口腔科主任周建霞主任医师,就口腔问题的预防保健及口腔疾病的中医特色治疗等话题与读者交流。以下内容根据电话录音整理,未经周建霞本人审阅。

周建霞 女 主任医师,从事临床工作二十余年,积累了丰富的临床经验,先后发表论文几十余篇,参与多项课题研究。

独家秘籍

临床上擅长应用中西医结合治疗口腔粘膜病,针灸综合治疗颞颌关节病及多种口腔疑难杂病。

地址:合肥市寿春路300号安徽中医学院附属针灸医院

门诊时间周一至周六上午,周一、二、四下午,电话0551-2625570

“挂钩疼”要注意休息

读者:我是教师,最近张嘴吃东西或说话时总是感觉左边耳朵旁疼痛,去医院诊断为颞颌关节炎,医生给我开了些药物,服用后疼痛有所缓解,但停药后又有些疼痛,请问我这种情况能配合针灸治疗吗?

周建霞:可以的。颞颌关节炎,俗称挂钩疼。可以通过采用局部取穴针灸治疗,使得局部产生轻微酸胀感即可,在一定程度上能明显减轻症状。

牙周炎刷牙有讲究

读者:我是一名学生,有牙周

炎,有什么好的治疗方法吗?

周建霞:治疗牙周炎,主要在于消除病因,增强牙周组织的健康,防止炎症和萎缩的继续发展。一是在刷牙方法上应采用竖刷法,让刷毛通过牙龈与牙的交界区时彻底去除污物,对牙龈也有按摩作用。二是叩齿,每天早晚空口咬合数十次。常做可使牙齿坚固而不痛。三是可以适当服用一些药物,如牙周宁等。

口臭首先要找到病因

读者:请问口臭有什么好的方法防止和治疗吗?

周建霞:所谓口臭(也有称“口气”),就是人口中散发出来的令别人厌烦、使自己尴尬的难闻气味。

口臭的治疗有很大的针对性。对于因口腔卫生差引起口臭者,一般只要注意定期清洗牙齿,注意口腔的清洁,养成早晚刷牙的习惯,平时适当口嚼一些口香糖、薄荷糖等,基本上都能防止或去除

口腔异味。

应重视口齿保健

读者:口腔卫生平时需要注意哪些?如何保护口齿?

周建霞:口齿为消化的第一站,人体的健康受到口齿的影响,故应重视对口齿的保健。首先注意每天清晨的刷牙及晚间入睡前的刷牙,刷牙时选择的牙膏,可选用能清热解毒,防龋脱敏的制品。然后是漱口,每次饭后如不能刷牙,但要做到漱口,以清洁牙齿。再者,少吃甜食,因为糖分解后可供细菌繁殖,损坏牙釉质,出现龋齿,平时吃糖后应刷牙漱口。

同时,我们要养成叩牙保健的习惯,增强颌面及牙槽骨的气血活动,使牙齿不易脱落。并且加强营养,保护肾精,修身养性,不动肝火。此外,养成每天大便习惯,对牙齿和口腔的保健可达于至善之境。

黄剑 记者 王松青/文 倪路/图

下周话题

肝病多发危害大
专家答疑如何预防

肝病是指发生在肝脏的病变。包括乙肝、甲肝、丙肝、肝硬化、脂肪化、肝癌、酒精肝等等多种肝病。专家介绍,作为一种常见的危害性极大的疾病,肝病应以积极预防为主。

如何预防肝病?肝炎患者喝酒要注意哪些问题?脂肪肝发生与哪些因素有

关?肝硬化患者,对饮食有什么要求吗?乙肝多长时间检查一次好呢?中西医结合治疗慢性乙肝、肝癌的疗效如何? 下周二(1月25日)上午9:30-10:30,本报健康热线 0551-2623752,将邀请安徽省中医院感染科副主任兼二病区主任施卫兵副教授就肝病预防以及控制

等相关话题与读者交流。施卫兵擅长运用中医和中西医结合的方法,治疗各种急慢性肝炎、黄疸型肝炎、肝腹水、肝硬化、肝癌、脂肪肝、酒精肝及发热性疾病等。读者也可登陆星空社区(www.xksq.net)留言,向医生提问。

陈小飞 记者 王松青

韩美整形祝贺《健·美》周刊成功创刊!

国内整形美容界最高级别——安徽唯一三级整形医院

亚洲十大整形美容知名品牌

中韩整形高端技术联盟成员

华东地区最大整形美容机构

Hanmi
韩美整形
只为你美

2011 定制专属您的美
韩美 助您新年焕新颜



韩美面部精雕项目推荐

三维立体改脸型 纯韩综合仿生美鼻 纯韩唯美重睑 韩式无痕祛眼袋 丰唇

韩美非手术类项目推荐

微整形/双美、瑞蓝除皱塑形 肉毒素瘦脸 丽白皇后美白针 GF 魔幻注颜术 激光类/深蓝热塑射频 飞顿2号 冰激光永久脱毛 激光祛斑、祛痣、祛痘

来院即送 200 元整形美容代金券
非手术微整形项目 3 送 1
组团整形最低至 8 折

>>> 火热报名进行中.....

© 本活动最终解释权归韩美整形美容医院所有

精雕细琢◎自然柔美

韩美整形·定制你的美,伴你走向精彩人生

Hanmi 安徽韩美整形美容医院
Anhui Hanmei Plastic Cosmetology Hospital

美丽热线: 0551+2298888

合肥濉溪路16号(北一环省民政厅对面双岗街道) www.ahhanmi.com QQ:345631888

金牌项目 ★ 三维立体改脸型 ★ 纯韩综合仿生美鼻 ★ 纯韩唯美重睑术 ★ 韩美微创微整形 ★ 魔力V波动感丰胸 ★ 360°柔性定向吸脂 ★ 逆时空驻颜美肤系统 ★ 深蓝热塑紧肤射频