



儿童口腔正畸 越早治疗越好?

医生提醒,正畸时间要根据 儿童具体情况进行选择

随着暑假的到来,不少家长会带孩子进行口腔正畸治疗。口腔正畸主要是通过各种矫正装置达到颌面系统的平衡、稳定和美观。近年来,为孩子做正畸的家长也越来越多。那么,儿童口腔正畸什么年龄治疗效果最佳?什么情况需要进行口腔正畸?对此,记者进行了采访。

江门日报记者 何雯意

A 过早矫治对小孩发育有不利影响

三岁的豆豆牙缝有点过大,牙齿不齐,看上去不太美观。家长张女士在网上看到儿童正畸的广告中声称,通过正畸可以改善这种情况,并且“越小治疗效果越好”。张女士在一家口腔机构支付上万元让孩子戴上了矫正器,但豆豆觉得戴矫正器不舒服,时常哭闹。为此,张女士心疼不已,就缩短了佩戴时间。一个月后复查结果显示,没有一点效果。去复诊时,医生告诉张女士,矫正器要全天24小时佩戴,并坚持佩戴3—6个月才能看到效果。

随后,豆豆的家长先后咨询了多家口腔机构,得到的结论是豆豆颌面发育尚未稳定,并未出现骨骼发育问题,只是牙齿不太美观,目前不需要正畸。

江门市妇幼保健院口腔门诊主治医师赵敏表示,到该科就诊的很多孩子都出现了豆豆这样的情况,不少家长想让孩子牙齿变得更加美观,早早为他们戴上矫正器,其实对于没有骨面畸形的小孩进行矫治,是不应该的。过早矫治,对于小孩的面型和神经发育都有不利影响。

“过早矫治可能会直接影响乳牙的发育、恒牙的替换,而过晚矫治可能导致面部明显畸形,影响口腔功能和健康。”江门市口腔医院正畸科副主任黄明悦提醒,不适当的早期矫治会徒增时间成本和金钱成本,甚至会增加孩子对矫治的恐惧,消耗孩子的耐心,使其后期矫治难以配合,加重矫治难度。

黄明悦表示,儿童早期矫治需要

由专业的口腔正畸医生进行判断,家长不要因广告宣传免费检查而冲动作出儿童矫治的决定。家长应当从孩子3岁起定期带孩子到专业的口腔医院由口腔正畸专科医生进行详细的检查,选择合适的时机进行正畸治疗。

以上两位医生均表示,家长关注牙齿健康的意识是件好事,但不需要过于焦虑。“如果孩子的牙齿只是轻微错颌,一般而言没有太大影响,让其自然生长就会变得正常。”赵敏认为,很多家长在考虑正畸问题时更注重的是美观问题,但其实美是多种多样具有个性化的,口腔正畸第一解决的问题应该是牙齿功能性问题,家长无需过度担心。

医学指导

赵敏:

江门市妇幼保健院口腔主治医师,从事口腔工作20余年,曾分别赴南京医科大学附属医院、南方医科大学广东省口腔医院、四川大学华西医科大学口腔医院正畸科进修学习。任中国妇幼保健协会口腔分会委员、广东省妇幼保健协会管理分会委员、广东省医院协会口腔医疗分会委员。擅长儿童早期矫治、不良习惯干预治疗、青少年及成人正畸固定隐形治疗、儿童成人拔牙、儿童龋病预防及治疗、儿童外伤诊治、成人牙列缺损、缺失固定及活动修复术等。

黄明悦:

江门市口腔医院正畸科副主任,从事口腔正畸临床工作21年,任中华口腔医学会口腔正畸专委会委员、隐适美认证医师。在口腔正畸临床医疗水平方面具有很强的解决本学科复杂病例和重要技术问题的能力,擅长各类口腔错颌畸形的矫治,在乳牙及替牙期的预防及阻断矫治,直丝弓矫治技术、自锁托槽矫治技术、青少年与成人正畸以及无托槽隐形矫治等方面,有着丰富的临床经验。

B 出现“地包天”要尽早治疗

那么,哪种情况应该进行正畸?不同的情况应该选择什么时候前往治疗?

赵敏介绍,一般儿童的牙齿发育分为乳牙期、替牙期和恒牙期。在乳牙期,如果出现反合、偏合的情况,就要尽早进行治疗。此外,乳牙龋病的问题要引起重视。乳牙龋病若导致乳牙过早脱落,会造成恒牙错位、阻生、反合(即“地包天”)甚至更严重的问题,应及时就诊。到了替牙期,也是我们俗称的“丑小鸭期”,赵敏提醒,如果只是普通的牙齿不齐,可以先不用进行矫治,但要保持定时复

诊。如果出现严重的下颌后缩、深覆牙合,可以在替牙期进行早期治疗。替牙期是发育高峰期,适合纠正骨骼的发育异常。如果只是牙齿不齐等问题,可以等替牙期结束,在恒牙期(一般为12岁)开始进行矫治即可。

黄明悦表示,影响颌面部正常生长发育的错合尽量早发现、早干预,包括反合、偏合、下颌后缩等骨骼发育问题,或者咬唇、吮指、口呼吸等不良习惯引起了畸形(牙弓狭窄、前牙深覆盖)等情况。“‘地包天’是其中最代表性的一种。家长在发现孩子‘地包天’时,应第一时间就诊。”黄明悦提醒道。

医生

介绍,适当早期治疗可以帮助儿童引导颌骨生长,纠正有害的口腔习惯,改善面部形象,将恒牙生长引导到更有益的位置。但两位医生也提醒,正畸时间“不在早”,而要根据儿童的口腔情况选择合适、正确的时间以及矫治方法。此外,赵敏特意提醒,在进行口腔正畸过程中,要按医嘱进行复查,坚持戴牙套,同时要特别注意清洁,防止出现龋齿问题。



《梦华录》热播,网友热议“吸渣女孩”和“反渣女孩”话题 如何保持一段健康的恋爱关系?

1 “反渣女孩”拥有自信、独立、见识广等特质

以《梦华录》剧中的宋引章为例,“吸渣女孩”有哪些特质?黄婉兰介绍,一是安全感不足、缺爱。宋引章幼时父母双亡,渴望得到保护和照顾,这种渴望延续到成年,因此只要遇到别人对她好,就容易觉得是真爱。二是低价值感、自卑。由于童年的经历及乐籍身份,

价值感建立在别人的评价上,没得到别人的肯定,就觉得自己很没用,听到赞美和鼓励,就容易感动,从而被人“拿捏”,失去判断力。三是性格软弱、不够独立。她生活在男尊女卑的环境下,被教育如何善解人意,不能有太多自己的想法,导致形成了唯唯诺诺的性格。

以《梦华录》剧中的赵盼儿为例,黄婉兰指出,“反渣女孩”主要有三种特质:一是自信、有傲骨。赵盼儿因父失职而被贬为乐籍,但从她的言行举止、神态气韵中,能看出其童年受到很好的教育,在充满爱和肯定的环境中长大,因此自我价值感很高,对于自我有充分的

认识,形成了高傲不屈的性格。二是独立、有志向。不对他人期待过高,有适当的兴趣爱好,保持自我思考。三是见识广。赵盼儿写得一手好字,熟知法规条例,见识广,足智多谋,在识人方面能够保持理智的判断。

2 在恋爱中安全型依恋模式较为健康

在恋爱中,安全型依恋模式较为健康,即“我发现与对方亲密并不难,并能安心地依赖于对方和让对方依赖我,不担心被抛弃,不担心双方关系太亲密”。

黄婉兰的受访者中,将近一半是恋爱困扰者。其中,正在读大学的小恋,因有自残行为,被父母带来就诊。原来,3个月前,小恋谈恋

爱了,她表示很爱对方,整个世界都是他,甚至连做梦都梦到他。刚开始他们很甜蜜,一个月后,男友消息不再秒回,有时也不一起吃晚饭。这让小恋很焦虑,担心男友变了,经常和男友吵架,甚至以自残要挟,男友对此也很无奈和痛苦。

小恋属于痴迷性依恋关系

者。这类人群,恋爱时能快速和伴侣进入状态,但容易患得患失,脑海里总冒出不安的想法。他们焦虑感强,缺乏安全感;以爱之名,占据伴侣的大部分时间,压得对方喘不过气;害怕被抛弃,结果往往适得其反。

“两个独立的个体,要结合成一段亲密关系,肯定需要磨合。这

个过程,肯定会遇到问题。”黄婉兰表示,问题的根源往往来源于对方的需求得不到满足,就双方的长期成长而言,不应在情绪上去解决,而应就问题解决问题。具体来说,做到保持沟通、换位思考、提升自我、尊重理解、信任彼此。

3 要允许存在不理想的恋爱状态

当接受“可以有不理想恋爱状态”,就是一个步入恋爱的理想时期,年龄一般是在成年之后,因为相对来说,成年人拥有更强的情绪控制能力和问题解决能力。黄婉兰说:“当你觉得自己的状态是完整的,恋爱于你而言是锦上添花

时,那么这个时候就是步入恋爱的理想阶段。”

提升自我认知,深入了解彼此,恋爱才能朝着健康方向前进。对此,黄婉兰提出了两点建议:

1.训练自我觉察能力。关注当下的状态,当下的感受、情绪是

怎么样的,又是什么让我们产生这样的情绪,接下来该怎么做能解决问题。如果没有清晰的自我觉察,我们可能由于过去某种未解决的情绪,反复地被同类情景捕获,从而影响亲密关系。

2.保持反思,及时反馈沟通。

反思当下关系可能存在的问题、双方做得好的部分。对于做得好的部分,需要及时反馈、表达感谢、感谢对方的付出;对于存在的问题,需要做出自我调整,同时在双方冷静的状态下讨论,找到解决办法。

江门爱尔新希望眼科医院 走进本报 为职工开展 眼健康讲座及检查



医护人员为本报职工进行裂隙灯检查。

江门日报讯(文/图 记者/蔡昭璐)为帮助职工预防眼疾,培养职工爱眼护眼意识与习惯,提高职工健康质量,7月5日下午,江门爱尔新希望眼科医院医护人员走进江门日报社,为本报职工开展眼健康讲座及检查。

本次检查内容包括:查看裸眼远视力及基本情况、检查屈光度数及曲率的客观状态、检查眼睫毛是否有蠕形螨虫寄生以及睑板腺是否有蠕虫寄生物等,并现场提供药水熏蒸,可初步缓解干眼的不适症状。

当天下午3点,不少职工开始排队等候检查。“平时总感觉眼睛很疲劳,看东西久了就流眼泪。”在做裂隙灯检查时,针对职工李先生的反馈,医护人员表示:“你这是有点干眼症,可以稍后去做下药水熏蒸。”职工黄先生上班时需要长时间面对电脑,已经近视的他也利用这次机会做了检查。他说:“平时检查眼睛的机会较少,这次检查能让我了解自己眼睛的情况,然后作出相对应的调整,从而控制好近视度数。”

现场,江门爱尔新希望眼科医院视光科主任柴小玲还为本报职工带来一场护眼讲座,科普常见眼病防治。柴小玲表示,干眼的高危人群主要有上班族、电脑族、低头族。报社职工因工作特点,长期面对电脑,尤其容易患上干眼症。用眼时要养成良好的习惯,注意用眼时长。

江门日报社工会有关负责人表示,江门爱尔新希望眼科医院医护人员上门为本报职工开展贴心服务,让职工们了解了很多眼保健知识,对今后预防眼疾、培养爱眼护眼意识与习惯,都大有益处。

女子为解决便秘问题 长期吃某保健品 大肠变成了 “黑肠子”



医生为患者进行肠镜检查。

江门日报讯(文/图 记者/蔡昭璐)近日,江门市中心医院消化内科主治医师钟结桃博士接诊到两个结肠黑变病患者。50岁出头的赵阿姨,因为大便不是很通畅,在朋友的建议下坚持吃某保健品,被检查出结肠黑变病。同样,邓女士也是因为解决便秘问题,进食保健品,一段时间后确诊为结肠黑变病。

“我给赵阿姨做肠镜检查时,看到她整条大肠的黏膜都是黑的,发生像蛇皮样的改变。”钟结桃说,正常的结肠黏膜像口腔黏膜一样是淡红色的,看起来光滑平坦,黏膜表面的小血管纹理清晰可见。而结肠黑变病的大肠黏膜色泽为棕色、褐色,甚至黑色,有豹纹、蛇皮一样的条状纹。结肠黑变病被认为是结肠壁的吞噬细胞吞噬了褐色素样物质,导致肠壁色素沉着。通俗点来说,就是大肠“吃”多了色素,变成了“黑肠子”。

临床中,因长期吃保健品导致结肠黑变病的病例并不少见。看到结果时,钟结桃便询问她们是否有吃点什么药或保健品。二人回说,为改善排便问题,有长期进食保健品的习惯。

钟结桃介绍,长期服用蒽醌类泻药是目前公认的引起结肠黑变病的主要原因。一些保健品中含有蒽醌类物质,可刺激肠道感觉神经末梢,增强直肠反射性蠕动,促使排便甚至腹泻。如果这些成分过量添加,人们长期大量食用,就会引起结肠黑变病,造成严重的肠道运动障碍。

蒽醌类泻药在药店里也很常见,例如番泻叶、大黄、芦荟、决明子、果导片等。而常见的中成药,如麻仁丸、各种减肥保健茶、牛黄解毒丸等,都含有蒽醌类药物成分。

钟结桃提醒,预防和改善便秘,一定不要滥用含蒽醌类化合物的泻药,平时应多喝水,多吃水果、蔬菜,以及全谷物和薯类等粗粮增加膳食纤维的摄入,刺激肠道蠕动;培养良好的生活习惯,形成规律排便。出现便秘情况,最好在医生指导下治疗,以免掩盖了其他疾病导致的便秘,延误诊治。



近期,随着《梦华录》热播,不少网友热议“吸渣女孩”和“反渣女孩”话题。“吸渣女孩”容易遇到“渣男”,彼此纠缠,最后受伤;“反渣女孩”往往遇到爱情,健康恋爱,互相成长。

值得注意的是,健康恋爱不是一段没有问题的关系,而是一段有解决问题能力的关系。江门市第三人民医院心理科心理治疗师黄婉兰表示,这种能力能够通过努力而习得。在恋爱中,当双方处于放松舒服的状态,就证明关系在往健康方向前进。

文/图 江门日报记者 梁爽 通讯员 潘瑞媚

医学指导

黄婉兰:江门市第三人民医院心理科心理治疗师,擅长运用人本主义疗法、认知行为疗法处理青春期的情绪、人际关系、学习压力、亲子沟通和恋爱关系等问题。

