



怎样保护孩子的乳牙?

凌波/文 张良弓/图



婴儿6个月左右的时候,乳牙开始萌出,那么,孩子的牙齿什么时候换?小朋友如何科学吃糖?6月16日上午,本报健康热线0551-62623752,邀请了合肥市口腔医院儿童牙科主治医师张莹与读者交流,和大家一起谈谈“宝宝换牙那些事儿”。



张莹 合肥市口腔医院儿童牙科主治医师。从事儿童口腔专业十余年,擅长儿童口腔疾病诊治、儿童早期矫治、儿童行为诱导等。

乳牙外伤的处理办法

读者:医生您好,我孩子今年7岁,乳牙还没掉完。两天前啃肉骨头的时候,把牙齿崩坏了,现在有两颗牙有点松动,该怎么办?

张莹:学龄前儿童口腔处于乳牙列时期,口腔内存在20颗小乳牙。这个时期孩子活泼好动,照顾不当容易发生外伤,造成牙松动、折断。

乳牙外伤应做如下处理:

- 1.及时就医,观察孩子是否有头晕、呕吐症状,张嘴形状、牙齿排列是否和往常不同,并详细告诉医生;
- 2.避免用受了外伤的牙齿咬东西;
- 3.如果外伤导致牙齿完全脱出牙槽窝,捏住牙冠部,参照邻牙,尝试将脱落的牙放置窝洞内或含在舌下唾液环境中,也可以放入生理盐水或牛奶中,再去医院由医生帮助处理。

小朋友如何“科学吃糖”?

读者:医生您好,我儿子今年5岁,每天都要吃各种糖,这样会不会导致牙齿不好?要注意什么?

张莹:孩子爱吃糖,确实牙齿龋坏的可能性更大。我们要尽量做到以下几点:

- 1.吃糖频率有讲究。尽量减少吃糖的次数。比如一次吃三块糖与三块糖分三次吃,后者会使糖与牙齿接触的时间延长。
- 2.吃糖时机要注意。吃糖可选择在餐前或者刷牙前。餐前吃糖是因为随后的进食可

减轻糖对牙齿的影响,刷牙前吃糖是因为随后的刷牙可清洁牙面上粘附的糖。

3.吃糖种类需选择。粘牙糖和棒棒糖应少吃。粘性太强的糖容易粘在牙齿上,难以清洁,而棒棒糖一般舔着吃,一吃就是几十分钟,甚至一两个小时。这就给了致病菌足够的时间来与糖发生反应,腐蚀牙齿。

4.科学鉴别糖类,尽可能减少蔗糖的摄入。不同的糖类致龋性不同,目前公认的致龋性最强的是蔗糖。蔗糖常被应用于食品加工中,也是我们日常生活中接触和使用最多的糖类之一,为避免过多食用蔗糖,可选择蔗糖替代品,比如:山梨醇、木糖醇等。

5.定期看牙医。家长可每3~6个月陪伴孩子看一次牙医,定期检查,做好口腔保健。龋齿的确与吃糖有关,但吃糖不是导致龋齿的唯一因素。它还和口腔细菌、牙齿本身的结构以及碳水化合物停留的时间都有关系。

孩子换牙期,您需要知道的事

读者:医生您好,我孩子今年9岁了,感觉比别的孩子换牙的速度慢,这是正常的吗?孩子多大的时候所有乳牙换完?换牙时期,需要注意什么?

张莹:婴儿6个月左右的时候,乳牙开始萌出,由于个体差异,有些孩子4个多月就萌出了第一颗乳牙。乳牙一共20颗,在3岁左右就全部长齐了。

孩子6岁左右,会长出第一颗恒牙。6~12岁这一阶段,口内既有乳牙,也有恒牙,此期即为换牙期。12~13岁以后,所有的乳牙全部被替换,全口恒牙的出现预示着乳牙在陪伴宝贝成长的道路画上了圆满句号。

换牙时期,可做一些特殊护理:

- 1.保持口腔卫生:要坚持每天早晚使用含氟牙膏刷牙,时间大于3分钟,建议晚上睡前刷牙时,使用牙线可以将牙齿相邻的牙面清洁干净;
- 2.加强营养,培养良好的饮食习惯。保证蛋白质的摄入,多吃含丰富纤维素的蔬菜和水果,不吃过多的甜食和糖果;
- 3.及早发现并纠正口腔不良习惯:如吮指、吐舌、舔牙、咬铅笔、偏侧咀嚼、咬嘴唇等;
- 4.定期检查,早期治疗。发现龋齿,尽快治疗。孩子乳牙未退(滞留)、相应恒牙已萌出时,应将乳牙及时拔掉。

健康新闻

46天大婴儿“中招”呼吸道合胞病毒

星报讯(江薇薇 记者 马冰璐)近期,呼吸道合胞病毒在多地流行引发关注。记者从复旦儿科安徽医院(安徽省儿童医院)了解到,近日,该院感染科接诊了一名出生仅46天就中招的婴儿。

据介绍,这名仅一个多月大的患儿因咳嗽2~3天,加重1天、晨起咳嗽明显、憋气等症状前来医院就诊。医生查体发现孩子鼻翼煽动,喉咙里有细小喘息声,哭闹活动后喘息更加明显,听诊双肺有密集喘鸣音,经检查,诊断为呼吸道合胞病毒诱发的毛细支气管炎,收治入院。住院3天后,咳嗽、喘息加重,呼吸困难,三凹征明显,血气分析提示呼吸衰竭,应用无创呼吸机辅助呼吸及其他对症治疗后,患儿病情才逐渐稳定。

据了解,呼吸道合胞病毒(RSV)是一种引起呼吸道感染的合胞体RNA病毒,属于副黏病毒科、肺病毒属,是引起婴儿肺炎及细支气管炎、儿童发热性支气管炎的常见病原体,还能引起较大儿童和成人的鼻炎、普通感冒等症状。

感染呼吸道合胞病毒后有什么症状?复旦大学附属儿科医院(安徽省儿童医院)感染科副主任医师张蕾介绍,轻症的呼吸道合胞病毒感染及感染早期症状与普通感冒类似,切不可掉以轻心从而耽误疾病的治疗。感染的潜伏期一般为2~8天,通常感染病毒4~6天后出现症状。轻微者,可出现鼻塞、咳嗽、打

喷嚏、流涕等症状。严重者大约1~3天后可发展为下呼吸道感染,主要表现为毛细支气管炎和肺炎,出现呼吸急促、弥散的干啰音和喘息。绝大多数轻症患儿在起病后的7~12天即开始恢复,少数重症患儿可表现为拒食、持续性干咳、喘息加重、呼吸急促、呼吸困难、胸部过度膨胀并随呼吸出现肋间凹陷,并发生心力衰竭等严重症状。

传播途径方面,记者了解到,与其他呼吸道感染一样,呼吸道合胞病毒感染常常于冬春季节高发。具有高度传染性,主要传播途径包括:①在人与人之间通过咳嗽、打喷嚏等呼吸道飞沫传播;②可通过手触摸被污染的桌面、玩具等物品后直接接触眼、鼻、口而造成传播。

哪类人群容易感染呼吸道合胞病毒?张蕾表示,呼吸道合胞病毒各年龄段人群均可感染,高危人群是儿童、老年人和免疫功能低下人群,有“婴儿杀手”之称。主要感染对象为5岁以下的儿童以及婴幼儿。据悉,每年有超过3300万5岁以下的儿童感染呼吸道合胞病毒。出生6个月以下的婴儿免疫功能尚不成熟,是严重感染和死亡的高发期,大约2%~3%呼吸道合胞病毒感染的婴幼儿需住院治疗,呼吸道合胞病毒感染是发展中国家婴幼儿死亡的重要原因。呼吸道合胞病毒自然感染产生的免疫不充分,不能产生持久免疫力,即便治愈也可能再次感染。

热线提醒

乳腺肿块按摩就能好?

医生:手法不对,当心越按越严重

星报讯(付艳 记者 马冰璐)去美容院做胸部按摩的护理,结果去医院却查出了乳腺癌……近日,记者获悉,安徽省公共卫生临床中心(安医大一附院北区)接诊了一名有着“惨痛教训”的患者。

半年前,合肥的刘女士(化名)发现自己右侧乳房有龙眼大小硬结,听说胸部按摩护理可以疏通乳腺,防止乳腺疾病,遂到美容院接受了“按摩排毒理疗”,短短几个月时间,乳房肿物不但没有消散,反而日渐增大、变硬,且同侧腋下出现花生大小硬结。近日,深感不妙的她来到该院就诊,被确诊为乳腺癌伴腋窝淋巴结转移。

经过详细检查,该院甲乳外科副主任医师郭涛建议刘女士行“右侧乳房切除加腋窝淋巴结清扫术”。郭涛介绍,根据临床和病理分期,刘女士的乳腺癌已到中期,加上之前按摩乳房可导致血行扩散,术后需行全身化疗+放疗。“这不仅大大增加了治疗的痛苦和经济的负担,而且具有较高的

肿瘤复发转移风险。”

“按摩会促进肿瘤增大和淋巴管、血行扩散,所以,肿瘤是禁忌按摩的!如怀疑是恶性肿瘤,连医生在检查或手术时的动作都非常轻柔,以免医源性扩散。”郭涛表示,刘女士如在初发病及时就医完全有机会保全乳房和避免腋窝淋巴结清扫,这样术后右上肢功能好、生活质量高,甚至有可能免除放疗。

要想乳房健康,那么就要尽量避免以上几点,坚持正确的生活方式:①健康饮食:多食蔬果,如西兰花、芹菜等可以补充钾离子,能够预防乳腺癌。②适当锻炼:建议每周有效运动4小时以上。③规律作息:早睡早起,按时吃饭,保持生活的良好状态,可以增强免疫力,也能让心情愉悦。④及时就医:最重要的一点就是,乳房不适,及时就医,不要轻信美容院和任何美容产品。

专家提醒,发现乳房肿块需要尽快去医院就诊,正规治疗,乳腺理疗有可能会延误病情。

肥西县建设工程规划公告牌

调整前立面

调整后立面



肥西县建设工程规划公示

根据安徽省住房和城乡建设厅《安徽省建设工程规划公示办法》,经研究,拟对肥西县紫蓬镇紫蓬安置点商业配套工程(紫蓬家园商业街)建筑立面进行调整。具体调整内容为:1.根据消防疏散及排烟设计需求,将原方案中1#、2#、7#、11#楼的封闭式连廊调整为开放式;2.进行立面深化设计,实际存在样式及火灾报警和消防等设备安装需满足消防验收要求,取消部分外窗,增加玻璃幕墙;3.为证明幕墙的均好性,部分外窗改为玻璃窗,窗框尺寸加大。根据《中华人民共和国城乡规划法》和住建部《关于城乡规划公示的规定》等相关规定,现予以公示,周边各户及住户如对此规划方案有异议,请在公示之日起7个工作日内以书面形式向规划局、规划局公示点或规划局综合办公室提出,逾期不予受理,并有权技术规范和规划审批办理规划许可事项。

具体变更内容可在合肥市政务信息公示网或紫蓬安置点公示地点(肥西县紫蓬镇华南大道与国一路交叉口南一百米)查看公示牌附照。

举报电话:0551-68829020

受理及受理:肥西县自然资源和规划局
二零二三年六月二十八日

建设单位	肥西城改城市运营管理有限公司
工程名称	紫蓬安置点商业配套工程(紫蓬家园商业街)
工程地点	肥西县紫蓬镇
项目联系人	夏伟
联系电话	15309696179

规划公示尺寸以标注为主 肥西县自然资源和规划局监制

紫蓬安置点商业配套工程(紫蓬家园商业街)

举报电话:0551-68829020