

浅谈种植牙相关知识

□曹雅菲

种植牙是一种非常流行的牙齿修复技术,它已经成为了牙齿缺失或损坏后的首选治疗方法。然而,对于许多人来说,对种植牙的了解仍然有限。这篇文章将全面介绍种植牙,包括其工作原理、优点、适应症、手术过程以及术后护理。让我们一起来了解这一牙齿修复技术吧!

一、种植牙的工作原理

种植牙是通过植入颌骨的纯钛种植体来固定假牙的一种方式。医生会在颌骨上制作一个切口,将种植体植入颌骨内,作为假牙的基座。随后,医生会在种植体上制作烤瓷冠或全瓷冠,以替代原来的牙齿。这样,假牙就可以像真牙一样发挥功能,为患者带来美观和舒适。

二、种植牙的优点

1. 美观度高:种植牙的烤瓷冠或全瓷冠颜色和外观与真牙相似,几乎无法区分。这使

得种植牙成为许多人的首选,因为它可以显著提高整体的美观度。

2. 舒适度高:种植牙不会像活动假牙一样压迫舌头和口腔黏膜,因此患者会感到非常舒适。

3. 恢复咀嚼功能:种植牙可以恢复牙齿的咀嚼功能,使患者能够像以前一样享受美食。

4. 保护邻牙:避免牙齿缺失后邻近牙齿倾斜或移位,导致牙齿排列不整齐。

5. 长期耐用:种植牙由纯钛制成,非常坚固耐用,使用寿命长。

三、种植牙的适应症

种植牙适用于各种牙齿缺失或损坏的情况,包括但不限于:单个牙齿缺失、多个牙齿缺失、半侧牙齿缺失、牙槽骨萎缩等。此外,种植牙还可以与其他牙齿修复技术结合使用,如固定桥或全口义齿修复。在选择种植牙之

前,患者应该咨询专业医生的意见,以确保选择最适合自己的治疗方法。

四、种植牙手术过程

种植牙手术通常分为两步进行。首先,医生会在颌骨上制作切口,植入纯钛种植体;然后,在种植体上制作烤瓷冠或全瓷冠。手术过程通常需要一到两小时的时间,具体时间取决于患者的具体情况和手术难度。手术过程中,患者需要保持镇静和放松,医生会使用局部麻醉药物来减轻疼痛和不适。

五、术后护理

1. 保持口腔卫生:定期刷牙和使用牙线非常重要,以防止口腔感染和炎症。

2. 避免剧烈运动:手术后几天内,患者应该避免剧烈运动,以免影响伤口愈合。

3. 定期复查:患者应该按照医生的建议定期进行口腔检查和复查。

4. 饮食建议:手术后几天内,患者应该避

免过硬、过热、过冷的食物,以免刺激伤口。

六、其他注意事项

1. 术前准备:在种植牙手术前,患者应该咨询专业医生的意见,确保没有其他疾病或过敏史,以便进行手术。

2. 戒烟:吸烟会降低口腔愈合能力,影响种植牙的效果。因此,患者在手术前和手术后都应该戒烟。

3. 心理准备:种植牙是一个长期的过程,需要耐心和坚持。患者应该保持积极的心态,与医生合作,以确保最佳的治疗效果。

总之,种植牙是一种非常受欢迎的牙齿修复技术,具有许多优点。通过全面了解种植牙的工作原理、适应症、手术过程以及术后护理,患者可以做出明智的选择,并获得最佳的治疗效果。希望这篇文章能够帮助你更好地了解种植牙!

(作者单位:河北省香河县人民医院)

心绞痛护理的注意事项

□白岚

心绞痛是一种常见的血管疾病,它通常会导致心肌缺血、缺氧和疼痛。对于心绞痛患者来说,护理是非常重要的,因为良好的护理可以帮助患者缓解症状,减少并发症的发生,提高生活质量。以下是一些心绞痛护理的要点:

1. 保持健康的生活方式

健康的生活方式是预防心绞痛的关键。患者应该保持健康的饮食,避免高脂肪、高糖和高盐的食物,多食用富含纤维、维生素和矿物质的食物。此外,患者应该保持适当的体重,避免过度肥胖。适当的运动和锻炼也是保持健康生活方式的重要部分,可以帮助患者增强心血管功能,减少心血管疾病的风险。

2. 保持良好的心态

心绞痛患者应该保持积极的心

态,避免过度紧张和焦虑。患者应该学会放松自己,通过深呼吸、冥想、瑜伽等方式来缓解压力。此外,患者应该与家人和朋友保持良好的沟通,分享自己的感受和需要,获得他们的支持和理解。

3. 定期检查身体

定期检查身体是心绞痛护理的重要部分。患者应该按照医生的建议定期进行身体检查,包括心电图、超声心动图等检查。这些检查可以帮助医生评估患者的病情,及时发现并发症的出现。如果发现异常情况,医生会及时采取措施进行治疗。

4. 坚持服药

心绞痛患者在医生的指导下应该坚持服药,包括药物、食物控制和针灸治疗等。这些药物可以帮助患者控制病情,缓解症状,减少并发症的发生。在服药过程

中,患者应该按照医生的建议按时按量服药,不要随意增减剂量或停药。如果出现不适症状,应及时就医。

5. 自我监测病情

心绞痛患者应该学会自我监测病情。在日常生活中,患者应该注意自己的身体状况,包括疼痛程度、持续时间等。如果发现异常情况,应及时就医。此外,患者还应该记录自己的饮食、运动和生活习惯等方面的数据,为医生提供更好的治疗建议。

总之,心绞痛护理需要患者在医生的指导下采取综合性的措施,包括保持健康的生活方式、保持良好的心态、定期检查身体、坚持服药和自我监测病情等。这些措施可以帮助患者缓解症状,减少并发症的发生,提高生活质量。

(作者单位:河北省廊坊市人民医院)

肺炎患者的护理常规

□白东荃

肺炎是常见的呼吸道疾病之一,对于肺炎的护理常规,你了解多少呢?以下是一篇关于肺炎的护理常规的文章,希望对您有所帮助。

一、护理措施

1. 休息与环境:休息环境应保持安静、整洁,避免过多的干扰和刺激,保证患儿充分休息,以减少机体的氧耗。

2. 饮食护理:饮食宜营养丰富、清淡易消化,且要富含蛋白质、维生素等营养成分,可多吃蔬菜、水果,补充足够的水分。

3. 保持呼吸道通畅:及时清除上呼吸道的分泌物,经常变换体位,以利于排出痰液。对于呼吸困难的患者,应给予吸氧,以增加肺部通气量,防止缺氧加重。

4. 发热护理:密切监测体温变化,体温过高时,可进行物理降温或药物

降温,同时注意保暖或降温后有无发生其他变化。

5. 预防交叉感染:尽量减少与他人的接触,特别是有呼吸道感染的人群,以降低感染机会。

6. 病情观察:观察患儿的生命体征、神志、精神等变化,发现异常情况及时通知医生。

二、家庭氧疗的护理要点

1. 氧疗用具的消毒与保存:应将吸氧用具放在有消毒液(如戊二醛)的容器内浸泡30分钟,捞出晾干保存。家庭用的小氧气瓶要注意卫生,避免污染和交叉感染。

2. 氧流量及吸入时间的控制:根据医嘱确定氧流量及吸入时间。一般低流量每日吸入1-2小时即可。氧疗对组织供氧充足,使呼吸负担减轻,有利于肺功能恢复和肺部内物质的排出。吸入高浓度的氧可使呼吸机麻痹

而加重二氧化碳潴留,使神经精神症状恶化。因此给氧时要严格控制氧流量,一般为1~2L/min。使用呼吸机的患儿可遵医嘱设定参数。

3. 家庭氧疗时的观察与护理:要密切观察患儿的生命体征变化,注意神志、精神等变化。如有异常情况及时通知医生。

三、中医护理方法

肺炎的中医护理方法有很多,如穴位按摩、药茶饮食疗法等。通过这些方法可以缓解患儿的症状,提高治疗效果。

总之,肺炎的护理常规包括休息与环境、饮食护理、保持呼吸道通畅、发热护理、预防交叉感染、病情观察等多个方面。家庭氧疗时也要注意消毒与保存、吸入时间与浓度的控制以及观察与护理等要点。

(作者单位:河北省唐山市第七医院)

糖尿病视网膜病变早期发现与治疗的重要性

□田春雨

糖尿病视网膜病变是糖尿病的并发症,也是最常见的视网膜血管病,是40岁以上人群主要致盲眼病之一。糖尿病视网膜病变患者早期无明显自觉症状,病变发展到黄斑后出现不同程度的视力减退,如果治疗不及时会导致视力逐渐下降,甚至失明。因此,了解糖尿病视网膜病变的早期发现与治疗,对于保护患者的视力至关重要。

一、糖尿病视网膜病变的常见表现

1. 视力模糊:糖尿病患者可能会感到视力模糊,尤其是看近处物体时。2. 出现闪光点或黑点:糖尿病眼底病初期,患者可能会出现闪光点或黑点,这是因为视网膜出现微小

血管病变所致。3. 眼部疼痛:有时糖尿病患者眼睛可能会出现疼痛。4. 眼睛发红:糖尿病眼底病初期,患者眼睛可能会出现发红的情况。5. 视觉感觉异常:这种感觉包括模糊、扭曲和变形等。6. 夜间视力减弱:糖尿病眼底病初期,患者在夜间可能会看不清东西。7. 眼部浮肿:糖尿病患者可能会感到眼睛周围有轻微的浮肿。8. 眼睛干涩:糖尿病患者有时可能会感到眼睛干涩,不舒服。9. 视野缩小:糖尿病视网膜病变中后期患者可能会感到视野范围缩小。

二、糖尿病视网膜病变治疗

1. 控制血糖:糖尿病患者如果出现视网

膜病变,需要严格控制血糖,尽量避免进食含糖量过高的食物,同时还需要在医生的指导下合理使用降糖药物进行治疗。2. 治疗高血压、高血脂:定期检查眼底,根据眼底病变程度采取不同的治疗。3. 糖尿病视网膜病变早期可以口服药物治疗,比如芪明颗粒,和血明目片,可以有效控制病情,对于重度非增殖型糖尿病视网膜病变和增殖型视网膜病变采取全视网膜光凝治疗,以防止或抑制新生血管形成,促使已经形成的新生血管消退,阻止病变继续恶化,对于已经发生玻璃体积血长时间不吸收、牵拉性视网膜

脱离,特别是黄斑区受累的进行玻璃体切割术,术中同时行视网膜光凝术,利用激光产生的热能直接作用于病变区域,从而促进新陈代谢,改善病情。对于黄斑区水肿的患者,玻璃体内注射抗VEGF药物可有效抑制视网膜血管渗漏,消除视网膜水肿,改善视力。

总之,糖尿病视网膜病变初期症状轻微,但是一定不能忽视,及时就医,接受专业的检查和治疗对保留视力有很大帮助。如果发展到病变中期或后期即使激光,手术以及玻璃体腔注药治疗,视力也无法提高。

(作者单位:河北省唐山市开平医院)

口腔护理的三大要点

□曹占华

口腔健康的重要性日益被人们所认识,然而,我们常常等到出现问题时才寻求解决,而不是预先采取预防措施。口腔护理并非仅限于清除牙齿上的食物残渣,它更是一种生活态度,一种关心自己和他人的方式。在本文中,我们将探讨口腔护理的三大要点,以及为什么预防胜于治疗。

要点一:定期清洁

定期清洁牙齿是预防口腔问题的首要步骤。刷牙是我们每天都要进行的基本口腔护理活动,它能去除食物残渣、细菌和软垢,保持牙齿和牙龈的健康。此外,定期使用牙线也是非常非常重要的,因为它们可以帮助清除牙刷难以触及的地方的食物残渣和细菌。定期清洁不仅能预防蛀牙,还能减少口臭和牙龈炎的风险。

要点二:使用牙膏

牙膏是口腔护理的重要组成部分。选择适合自己的口腔情况的牙膏非常重要。现在市面上有许多不同类型的牙膏,如含氟牙膏、抗菌牙膏和抗敏感牙膏等。根据自己的需要选择合适的牙膏,可以更好地保护口腔健康。此外,定期更换牙膏品牌也是一个好习惯,这样可以避免口腔内细菌产生抗药性。

要点三:定期看牙医

定期看牙医是保持口腔健康的重要步骤。通过定期检查,牙医可以及早发现口腔问题,并采取适当的治疗措施。此外,牙医还可以提供预防性建议和指导,帮助我们更好地维护口腔健康。不要等到问题出现才去看牙医,定期检查可以让我们更好地了解自己的口腔状况,并采取相应的预防措施。

除了以上提到的三大要点外,我们还需要了解预防胜于治疗的重要性。口腔问题通常是由于不良的生活习惯和忽视口腔护理造成的。如果我们能够定期清洁牙齿、选择合适的牙膏并定期看牙医,就可以有效地预防许多口腔问题。相比之下,等到问题出现后再寻求治疗可能会更加困难和昂贵。因此,我们应该将预防作为维护口腔健康的首要任务。

此外,我们还应该注意饮食健康和水分摄入。饮食中应尽量避免过多的甜食和含糖饮料,因为它们会导致蛀牙等问题。相反,我们应该多吃蔬菜、水果、粗粮和富含蛋白质的食物,以保持身体健康的消化系统。同时,充足的水分摄入对于保持口腔湿润和预防口腔问题也非常重要。

通过以上分析,我们可以得出结论:口腔护理的三大要点是定期清洁、使用合适的牙膏和定期看牙医。遵循这些建议可以有效地预防许多口腔问题,从而保持我们的口腔健康。同时,我们还需要注意饮食健康和水分摄入,以进一步维护我们的口腔健康。总之,预防胜于治疗,我们应该重视口腔护理,采取正确的预防措施,以保持我们的口腔健康和美丽。

(作者单位:河北省香河县人民医院)