

## “洗牙”会不会伤牙?

有人“洗牙”后牙齿酸痛、牙缝变大、牙龈出血,而有人感觉牙齿比以前更容易变黄了,所以从此认定“洗牙”会伤害牙齿。针对这些人的顾虑,南京市第一医院口腔科夏金星主任表示,只要到正规医院,进行操作方法正确的“洗牙”是不会对牙齿造成伤害的。相反,定期洁牙是预防口腔疾病的有效措施之一——我们日常刷牙即使很认真也还会有些卫生死角难以顾及,时间长了这些地方同样会滋生牙石。牙石是牙齿健康的安全隐患,它非常顽固,一旦形成很难通过刷牙去除,所以需要借“洗牙”之力。

### 这些症状原因不在“洗牙”

有人“洗牙”后牙缝变大,其实这是常年来口腔卫生习惯差带来的恶果。如果牙病很轻或者定期“洗牙”基本不会出现这种情况。牙齿原来正常的间隙是由牙龈乳头充满的,但由于牙石长期堆积,导致牙龈萎缩,牙根外露,牙缝逐渐被牙石覆盖,所以清除后牙缝就会显得很大。举例来说,假如你是个比较严重的牙周炎患者,那肿胀的牙龈和牙石会把牙缝塞满,所以在治疗前看不出你有明显的牙缝。治疗后肿胀消退了,牙石去除了,已经存在的牙缝就会自然而然暴露出来,所以这种牙缝不是“洗牙”造成的。同样道理,“洗牙”后感觉牙齿松动,是因为过多的牙石附着于牙面和骨面之间,起到较弱的固定作用。当这些牙石被去除后,牙齿自然会比以前略有松动。

有人在“洗牙”过程中会出血,这其实与牙齿病变的严

重程度有关。如果病变较轻,定期洗牙就会出现很少量的血。倘若病变很重的牙周炎,洗牙时出血就会多一些。还有人“洗牙”后发现牙齿更易敏感、易酸痛,这是因为之前牙石将暴露的牙根与外界隔绝起来,所以牙齿对外界冷热刺激不敏感。牙石被去掉后,牙齿自然会有一段时间的不适应。

### “洗牙”不会让牙更黄

如果把牙齿剖开来看,它由三层组成,即牙釉质、牙本质和牙髓。牙釉质在最外面,它的下面有一层淡黄色的组织,那就是牙本质。牙本质和牙釉质是决定牙齿颜色的关键因素,“洗牙”主要是去掉牙齿表面的结石及钙化的污物,并不像一些人认为的那样会伤害牙釉质或者牙本质从而让牙齿变得更黄。事实上,淡黄、半透明也是正常的牙齿颜色——每个人的牙釉质钙化程度不同,钙化程度越高则越透明。如果牙釉质钙化程度较高、较透明,那么牙本质的黄色就较易透过牙釉质,这时牙齿就呈淡黄色。如果牙釉质钙化程度低、不太透明,那牙齿为了增加强度,牙釉质的厚度会增加,从而遮住了牙本质的黄色,这时牙齿就呈乳白色。这两种情况下牙齿都是正常的。

引起牙齿变黄一般来说,主要有内部和外部两大类原因。人们在牙齿发育过程中服用四环素类药物引起牙齿着色,长期饮用含氟过量的水从而导致氟斑牙等属于前者。由于抽烟、吃槟榔、饮浓茶咖啡、食用某些中药等影响了牙齿的表面颜色,属于后者。所以,“洗牙”不会让牙齿变得更黄。 快报记者 李鑫芳

### 男科疾病防治扫描五

## 天冷男性尿路感染增多

尿路感染是泌尿外科中的常见疾病,通常表现为尿频、尿急、尿痛等症状。据南京建国男科泌尿科主任严泽承介绍,眼下南京天气寒冷,如果没有及时增添衣物,很容易导致抵抗力下降,直接或间接引发尿路感染。近日在门诊中接待的尿路感染患者,老年男性患者有增多趋势,保暖成防病的当务之急。

### 病因 抵抗力下降感染频发

为什么冬天也易发生尿路感染?严泽承主任对记者说,这是因为着凉后抵抗力下降,容易引发上呼吸道感染。随后,引发上呼吸道感染的细菌、真菌、病毒、衣原体或支原体等致病微生物,可能沿着血行至泌尿系统,随即产生尿频、尿急等症状。此外,天气转冷、气温降低后,男性饮水量大大减少,这也是引发尿路感染甚至前列腺、肾盂肾炎的一个诱因。在冬天,很多男性洗澡的频率相对夏季有所下降,如果内衣、内裤更换不及时,个人卫生做得不好,细菌等会加速繁殖,泌尿系统也会因此受牵连,可能导致感染。

尿路感染最大的特点是很容易转为慢性,严重者可引起慢性肾衰竭。严主任介绍,尿路感染还可能造成性



功能障碍,同时也可以造成射精障碍。若不及时治疗,临床上可见到该病引起膀胱炎、前列腺炎等并发症,同时由于隐伏于尿道内的细菌进入前列腺及精囊部、输精管等部位,造成一系列并发症,对男性生殖健康有非常大的损伤。

### 预防 治疗基础病也能防感染

治疗泌尿生殖感染疾病首要的原则就是及时。严泽承主任认为,大多数泌尿生殖感染病的最佳治疗期为感染后的1-4个月以内,此时病情初起,治疗难度较小。到正规专业的男科医院进行科学规范的治疗,明确所患的是哪类病种,并根据病情的程度对症下药也很重要。另外,男性患者应注意彻底治疗、足量用药,疗程足量。坚持对伴侣进行同时治疗,治疗期间应暂停夫妻生活,以避免交叉感染,达不到

治疗效果,并避免频繁更换医院或医生,保证治疗效果的持续性。据了解,目前CRS潜透半导体激光技术是治疗泌尿感染的前沿方法,该技术已在南京建国男科医院临床成功应用。

专家认为,预防泌尿生殖感染,平时要注意个人卫生,防止细菌入侵感染。内裤、浴巾应勤洗勤换。而相对于普通人群而言,特殊人群更应积极预防泌尿感染。严泽承主任说,糖尿病患者者的免疫功能有缺陷,经常发生尿路感染。建议他们在日常生活中坚持大量饮水、经常排尿,可降低尿路感染的发病率。考虑到糖尿病、慢性肾脏疾病、高血压等多种慢性疾病患者的全身抵抗力低,容易成为尿路感染人群,因此,对上述疾病给予积极治疗,是日常生活中不可缺少的一个措施,也是治疗尿路感染的重要环节。 快报记者 金宁



手指拨动,健康拥有! 只要你有女性健康问题,可随时发短信到“女性健康短信台”,妇产科专家免费为您的健康空中把脉

159\*\*\*\*9046 我老婆有宫颈糜烂二度,请问现在什么治疗方法比较好?

您好,目前“奥洛克宫颈修复系统”较成熟,可在不开刀、不住院、微创无痛、不损伤正常组织的前提下,一次性治愈宫颈糜烂和CIN1级、CIN2级。

138\*\*\*\*5209 我结婚快2年了,但一直怀不上,请问原因出在哪里?

您好,影响受孕的因素有多种,如丈夫无精、少精;妻子患卵巢囊肿、输卵管堵塞、宫颈糜烂等,建议夫妻双方到正规医院进行全面检查。找出病因,对症下药。

138\*\*\*\*6744 我今年30岁,有一个4cm的卵巢囊肿,如果想治,是不是一定要开刀?

您好,建议到正规医院检查后选择合适的治疗方法,目前“奥洛克导航微创电极系统”、“奥洛克超微腹腔镜系统”均可对卵巢囊肿进行不开刀的微创治疗。

131\*\*\*\*2051 我的月经总推后,短则1-2天,长则10天,无性生活史,请问正常吗?

您好,正常月经周期是30天左右,受环境、心理或内分泌等因素影响周期会有所改变。一般提前或推后一周左右无大碍。但建议您最好到正规医院检查,排除其他病因。

139\*\*\*\*2569 最近因下腹莫名其妙痛到医院检查,医生说是盆腔炎,请问怎么治疗比较好?

您好,目前八医院针对盆腔炎开展在药物治疗基础上进行局部热疗、盆疗、中药灌肠、体外短波等联合治疗,效果显著。

### 吴阶平医学基金会助力男性健康工程

# 年终男性盘点健康有补助

岁末年初,许多人都在忙着盘算这一年的“收成”。身为男人,辛苦忙碌了一整年,为的就是能换来父母的赞许、妻儿的笑脸。可这其中又有多少男人会为自己考虑,“盘点”一下自己的健康状况?

正因为男人是山,是家人的依靠,岁末年初之际,我们才由衷地发出这样的提醒:男人,你更应该对自己好一点!此时,由吴阶平医学基金会、中国性学会联合组织全国著名(泌尿外科)男科专家并向江苏男科患者提供200万元首批男科尖端技术临床使用援助基金的“男性健康基金援助工程”正在南京建国男科医院开展。元月1日至3月31日,男性朋友前往就诊,即可获得全部治疗费、手术费30%的男性健康援助基金。这对男性朋友来说,是健康保障的福音,更是一次专项医疗基金推动男科前沿技术全面助力男性健康事业的伟大举措。男性朋友更应抓住时机,以健康的体魄迎接新的一年。

### 吴阶平医学基金 推动男科规范医疗

长期以来,男性健康受重视的程度不是很高,导致男性健康问题对家庭、社会所带来的危害也极易被忽视,但值得肯定的是,中国性学会坚持呼吁社会关爱男性健康,提出“关注男性健康就是关注民族未来”的大健康理念,男性健康意识才逐步提高,全社会对男

性健康的关注也才有所提高,这样的健康理念得到吴阶平医学基金会高度关注和认同。

在中国性学会的倡议下,吴阶平医学基金会决定参与“男性健康基金援助工程”,并对中国性学会(江苏)唯一男科科研基地——南京建国男科医院的专家团队、医疗设备、规范诊疗等方面进行严格考核后,指定南京建国男科医院为江苏地区基金使用单位。

据了解,“男性健康基金援助工程”开始前,南京建国男科医院不仅对医疗设备进行了有效整合,达到与国际前沿技术同步;同时还对专家进行合理分配。此外,工程期间,中国性学会及吴阶平医学基金会将组织全国著名男科专家到南京建国男科医院对男科疑难病患者进行会诊,吴阶平医学基金会还将选派获得过吴阶平医学奖的男科专家到南京建国男科医院进行技术指导,确保公益基金实实在在的用到男科前沿技术的规范诊疗上。

### 援助工程现场发现 三大疾病仍然高发

笔者在“男性健康基金援助工程”现场南京建国男科医院门诊各个楼层参观时发现,各大诊疗区候诊厅都坐满了患者。全国著名男科专家、南京建国男科医院郑世广教授在接受访问时解释了男科疾病高发的原因——社会压力及人们生活方式的改变,导致人体免疫力



众多男性赶至南京建国男科医院参与基金援助工程

下降,引起男科疾病的病原体更容易侵蚀人体,其中前列腺疾病、泌尿感染疾病、性功能障碍等仍居高发疾病前三位。笔者带着对男科疾病的疑惑走访了几大诊疗中心。

### ◆视角一: 前列腺疾病诊疗中心

病例:无锡患者孔先生,自述尿急、尿频、尿痛、尿道口滴白、尿道内灼痛,腰部酸痛等症状非常严重,十分苦恼,特别是影响到性功能后,家人非常担心。患病之初,由于羞于就医,都是自己买药,用药几天症状有所缓解,可过几天疾病就会复发,后症状越来越重。在看到“男性健康基金援助工程”的报道后,立即赶到南京建国男科医院就医。

把脉:接诊专家王成贵主任详细了解孔先生的病史后,为孔先生进行病菌检测及病菌

敏感试验,确诊孔先生患有慢性前列腺炎。

治疗:做了药敏试验后,王主任制定了一套规范的治疗方案,针对性用药,并配合男科前沿技术“腔内靶向通导消融技术”进行治疗,促进药物的吸收,几天后孔先生的症状就有了明显好转,在接受吴阶平医学基金会提供的全部治疗费30%的健康援助后,孔先生激动地说,“本次工程不仅治病,还提供基金援助,非常感谢!”

王主任分析,孔先生的病情,最初可能只是急性前列腺炎,但由于健康意识不高,未能及时到专科医院就诊,延误了病情。南京建国男科医院临床证实,只要精确诊断、专业规范治疗,前列腺炎是可以治愈的。

### ◆视角二: 泌尿感染诊疗中心

病例:淮安患者郭先生一

年前出现尿频、尿道口瘙痒、血尿等症状,妻子怀疑他不轨,一气之下搬回了娘家。由于觉得难以启齿,郭先生便到药店买了两种消炎药服用。刚服药那两天,症状的确有所缓解。而后他发现全身疲劳感一天明显。郭先生赶紧到当地医院治疗,用药两周,都是一用药,症状就能控制;药一停,症状又会卷土重来。就这样,郭先生被折腾得身心疲惫。

把脉:元月初,万分苦恼的郭先生来到南京建国男科医院参与“男性健康基金援助工程”。接诊专家在为其做了全面检查之后,确诊郭先生患的是尿道炎。

治疗:做了药敏试验后,专家为他制定了一套个性化的治疗方案,并配合“CRS潜透半导体激光术”进行治疗。几天后郭先生身体不适的症状已明显好转。回想此前所走的弯路,郭先生后悔不已。

王主任介绍,类似的病例,临床上经常遇到。患者发现身体出现异常后,不是及时到医院就诊,而是四处找资料,然后与自己的症状进行对比,觉得哪种症状能对得上,就去买药吃,殊不知这样的后果不仅是延误病情,有时甚至还会酿成大错。因此我们呼吁男性患者,积极、正确就医,这才是对自己负责、对别人负责的方式。

### ◆视角三: 性功能障碍诊疗中心

病例:陈先生,常年驻外工作,年底回宁,却发现夫妻

性生活出现了问题。对此,陈太太非常不理解,认为陈先生在外期间背叛了自己,陈先生有口难辩,非常苦恼。之后,夫妻感情一落千丈。期间陈先生买了不少补药、民间偏方,甚至服用壮阳药物来维持性生活,近两个礼拜经常出现头晕眼花、胸闷等现象,吓得只好停止用药。在看到“男性健康基金援助工程”的相关介绍后,陈先生立即拨打电话025-52238888咨询,并赶到南京建国男科医院就医。

把脉:接诊专家吴月平主任了解陈先生的病史,并做相关检查及检测后发现他患的是混合性阳痿,且由于长期自行服药使病情加重,同时心理压力较大。

治疗:分析了陈先生的病情后,吴主任为他制定了一套系统的治疗方案,运用心理、饮食、中西药结合等疗法;并配合治疗早泄的前沿技术“动脉血管激活技术”综合治疗。一个疗程后,陈先生的病情已有明显好转。吴主任介绍,再经过一个疗程的巩固治疗,陈先生的性功能就可完全恢复。

吴主任说,许多男性出现ED后往往选择各类补药进“补”。而某些补药中的激素,虽在短时间内产生高度的生理亢奋,但长期服用会严重伤害人体机能和肝肾等脏器,加重病情甚至出现并发症。因此要提醒广大男性,如果性功能出现问题,一定要规范就医,以免延误病情,甚至引发并发症。 王芸