

处理儿童青少年牙外伤的正确方法

▲ 胜利油田中心医院 孙璐

牙外伤是一种常见的口腔疾病，尤其是在儿童和青少年中更为常见，约有25%左右学龄儿童都曾有牙外伤的经历。这是因为孩子在跑步、爬上爬下时，如果家长规避风险的意识不强，容易撞伤、摔伤。本文简单介绍牙外伤的那些事儿。

什么是牙外伤

牙外伤是指发生在口腔中牙齿及其周围组织的外伤或损伤，包括急性损伤和慢性损伤两种情况。这种外伤可能包括牙齿松动、牙齿断裂、牙齿脱位及牙齿完全脱落等。

牙外伤最常见的年龄段是3~10岁，初步恒牙在这个年龄段正处于生长和发育阶段，较为脆弱，容易受到外力的损伤。但不仅限于这个年龄段，任何年龄的儿童和青少年都有可能发生牙齿外伤。因此，家长和监护人应该随时关注儿童的口腔健康情况，尤其是注意预防和处理可能导致牙齿外伤的危险行为，如咬硬物、运动中的碰撞、跌倒等。

如何处理儿童青少年牙外伤？

镇定情绪 首先保持镇定情绪，安抚、

询问和观察孩子有无头痛、头晕以及恶心呕吐等情况，是否存在创口大量出血等紧急情况需要处理。如有，应镇定优先处理紧急情况。

温和清洁 如果外伤导致口腔出血，可以用干净的纱布或温水轻轻清洁口腔和牙齿，以保持口腔清洁。

观察伤口 仔细观察伤口，检查是否有牙齿松动、断裂、脱位等情况，如果牙齿脱落，在处理过程中尽量不要触摸牙根。

收集牙齿碎片 如果发生牙齿断裂，尽量收集断裂的牙齿碎片，放在干净的容器中，用温水或盐水浸泡保存。

尽快自行尝试将脱落牙齿放回牙槽窝 如果牙齿完全脱出，在找到脱落牙齿后先用凉水、生理盐水冲洗5~10s，后将其放入牙槽窝中，并通过轻咬棉花、手绢等进行固定，以防患牙再次脱落，需要注意的是，如果脱落的是乳牙，则不需要放回。

医疗就诊 尽快带孩子去就近的口腔医生、牙医或牙周专科医生进行进一步检查和治疗。

如何预防儿童青少年牙外伤？

运动安全 儿童参与体育活动和户外活动时，应该佩戴适合的头盔、护膝、护肘等防护用具，以减少碰撞和跌倒的风险。

牙齿保护器 对于参与高风险运动（如篮球、滑板等）的儿童和青少年，可以考虑佩戴定制的牙齿保护器，以减少牙齿外伤的风险。

定期健康检查 定期带孩子去牙医处进行检查和清洁，及时发现和处理牙齿问题，保持牙齿的健康。

教育和意识提高 教育孩子们注意口腔卫生和牙齿健康，告诉他们什么是安全的行为和活动，以及如何避免牙齿外伤。

这些措施可以帮助减少牙齿的外伤风险，同时为孩子提供更安全的生活方式和环境，管理好孩子的口腔健康和保护牙齿。

儿童青少年牙外伤的治疗原则

儿童青少年牙外伤的治疗原则是保护牙髓、保留牙齿、促进牙齿再生和恢复正常功能。治疗方法根据牙齿受损的程度和类型的不同而有所不同。以下是常见的治疗方法。

再植术 当牙齿被完全脱位或脱落时，可以尝试将牙齿再植回原位，再植术要求尽快行动，因为牙齿越早再植，成功率越高。

固定复位 对于牙齿脱位或错位等情况，可能需要进行固定复位治疗，以使牙齿回到正确的位置，通常通过使用固定支架、牙套或其他固定装置等来实现。

补牙 当牙齿发生缺损，但牙齿仍然牢固，可以选择进行牙齿修复，比如使用牙膏状树脂、复合树脂、贴面等进行修复。

根管治疗 如果牙齿的神经被严重损坏，可能需要进行根管治疗，这是一种处理牙齿神经组织受损的方法，通过清除受损的神经组织并填充根管来保护牙齿。

拔牙和种植 在某些情况下，如果牙齿严重受损，无法保留或修复，可能需要拔牙，随后，可以考虑使用种植体替代缺失的牙齿。

除了上述治疗方法外，还可能需要进行口腔卫生指导，保持良好的口腔卫生，牙周疾病的治疗及密切随访和定期检查等。在此需要强调的是，不管是何种程度的牙外伤情况，都应在外伤后尽快就医，以保证孩子的口腔健康、全身健康。

口腔正畸前的必做“功课”

▲ 广东省湛江中心医院 黄娟君

口腔正畸，作为一种常见的牙齿矫正方法，不仅能改善牙齿排列，还能促进整体口腔健康。然而，在开始这一旅程之前，有一些重要的“功课”需要做好。本文旨在为准备进行口腔正畸的人士提供全面的指南。

了解正畸的必要性

在决定进行口腔正畸前，深入了解其必要性是极其重要的。正畸治疗不仅仅是为了改善个人的外观，更关键的是它对提升咬合功能和整体口腔健康的积极作用。例如，不规则的牙齿排列可能导致日常清洁变得困难，从而增加蛀牙和牙周病的风险。这些口腔问题不仅影响口腔健康，还可能影响整体健康，如影响消化系统和增加心血管疾病风险。

另外，不良的咬合关系可能导致颌面疼痛、咀嚼困难和言语问题。通过正畸治疗，可以有效校正咬合问题，提高生活质量。对于儿童和青少年来说，正畸治疗还可以在成长过程中引导牙齿和颌骨的正确发育，预防未来的口腔问题。

进行全面的口腔检查

在开始正畸治疗之前，进行一次全面的口腔健康检查是关键的。这个过程不仅包括对牙齿的基础检查，还涉及更深入的评估，确保为患者提供最适合的治疗方案。

牙齿和口腔结构的细致检查 医生需要检查牙齿的排列、大小、形状和任何明显的结构问题。这包括检查牙齿的过度拥挤、间隙过大或者不正常的咬合关系。

口腔卫生评估 此环节评估牙龈健康状况和牙齿清洁程度。牙周病或牙龈炎可能影响正畸治疗的效果和持续时间，因此必须在治疗前得到控制。

咬合分析 医生会分析上下牙齿的对齐方式，检查是否存在错位咬合、深覆盖或开咬等问题。

影像学检查 包括X线片、牙齿模型分析和3D颌面扫描。这些检查有助于医生观察牙

齿和颌骨的内部结构，及评估牙根的健康状况。它们对于制定个性化治疗计划至关重要。

预期治疗效果的评估 基于上述检查，医生可以预测正畸治疗可能达到的效果，包括牙齿排列和咬合关系的改善。

了解治疗过程和期望

在开始治疗之前，详细了解正畸过程的每个步骤和预期结果非常重要。

治疗方案的介绍 医生将解释所选择的正畸方案，包括传统金属牙套、隐形正畸或其他可选项，以及它们各自的优势和局限性。

治疗持续时间的预估 正畸治疗通常需要数月到几年时间，具体取决于个体情况和治疗复杂性。

定期复查和调整 治疗期间需要定期访问医生以检查进展和进行必要的调整。

潜在的不适和不良反应 正畸治疗可能带来的暂时不适，如牙齿轻微的疼痛或牙套的摩擦等。

准备好长期的投入

正畸治疗是一个长期的过程，需要患者的积极参与和合作。

按时复查 定期访问医生，检查矫正进度和进行任何必要的调整。

正确佩戴矫正器具 根据医生的指导正确使用和维护矫正器具，比如隐形正畸托盘或金属牙套。

遵守口腔护理指南 遵循良好的口腔卫生习惯，定期刷牙和使用牙线，特别是在佩戴牙套期间。

生活方式的调整 可能需要调整饮食习惯和避免某些食物，以防损坏矫正器具。

正畸治疗通过改善牙齿排列和咬合，减少牙齿和牙龈疾病风险，增强咀嚼功能，改善发音，并缓解头颈部不适。整齐健康的笑容不仅提升个人自信，还改善社交互动，提高生活质量。因此，口腔正畸是为了美丽微笑和健康快乐未来的明智选择。

手术室护理小科普

▲ 广西壮族自治区昭平县人民医院 黄燕丽

手术室是医院救治患者的常用场所之一，医院的许多科室都经常与它发生关联。而做好手术的护理工作，则有助于为患者提供更加安全、良好、无菌的手术环境，避免患者因为手术不卫生，继发各种感染性疾病。本文从术前、术中、术后这三个方面详细科普下手术室护理知识。

手术前护理要点

在手术前，医护人员需要做好充分的手术准备工作。

①核实与复核患者的基本信息与其它个人情况。工作虽然看似简单，但却直接关系到手术中患者的麻醉用药剂量与麻醉用药方式等。医护人员对此不可以掉以轻心。

②主治医师与其他医护人员共同评估患者手术过程中的潜在风险，并研究与制定出相应的应急预案，以便手术过程中出现不良情况时，及时采取关键性应对措施。

③手术护士依据手术实际需要，准备好相关手术器械与仪器设备，确保各种仪器设备性能优良，并将手术中所用的医用器械进行专业的消毒处理，尽可能确保它们无菌、安全。

④对医护人员的全身衣物，特别是医护人员的手部也要进行专业的外科消毒。参与手术的全体医护人员都要在无菌环境中完成衣物穿戴。尽可能通过规范标准的医疗操作，从各个方面防止患者切口感染。

⑤调控好手术室的温湿度。一般将手术室温度控制在22~25℃，湿度控制在40%~60%最为合适。手术期间，如果患者有特殊情况，也可参考手术需求，针对性适时调整。

手术中护理要点

①医护人员需要确保手术室内干净整洁，以免因为环境不卫生和空气污染，增加患者的手术感染风险。

②手术室护士需要全程陪同并密切观察

患者的神情状况与意识状态。同时分散患者对手术的注意力，缓解患者的紧张情绪，减轻患者的精神压力。

③手术室的床一般较窄，所以患者在躺到手术床上后，不宜私自随便翻身，以免坠床。

④坚持无菌技术，严格确保整个手术在无菌情况下开展与完成，以免患者伤口与受空气中存在的细菌侵袭，发生感染。

手术后护理要点

①保护好患者的隐私。手术结束后，及时为患者覆盖医用消毒无菌床单或穿好衣物。

②在手术结束后，很多注射了麻醉药物的患者并不能立即清醒。而是进入了一个麻醉苏醒期。发现患者清醒后，依据相关医学要求，对患者展开常规询问。以确定患者是否完全苏醒，较好地恢复了自主意识，最大化避免麻醉为患者带来的各种安全风险。

③叮嘱患者在术后保持积极乐观的心态，避免劳累与忧虑，保证充足高质量的睡眠，减轻患者的各种心理压力。并根据患者术后的实际生命状态转入相应的病房，开展下一步的治疗与康复。

总之，手术室各项护理工作都需要严格依据我国医学规定与医院临床要求规范化展开。尽可能确保术前、术中以及术后每一个工作环节都在无菌环境中操作与完成。特别需要注意的是手术间的环境清洁，患者在手术过程中的个人感受以及对患者的心理关怀。医护人员需要全方面、最大化缓解患者的紧张、恐惧心理，有效排除与手术相关的各种安全隐患，促进手术的顺利完成。

