

了解牙周病类型与治疗 还你灿烂微笑

▲ 武汉爱齿尔口腔医院种植修复科 门贝

俗话说，牙不好，疾病满身跑。牙周病是一种常见的口腔疾病，是引起成年人牙齿损失的首要原因，也是危害人类牙齿和全身健康的主要口腔疾病。

然而，由于人们缺乏对牙周病的了解而常常被人们忽略，导致错过最佳的治疗时机。

常见的牙周疾病有哪些

牙周病指的是发生在牙周支持组织的各种疾病，主要包括牙龈病和牙周炎。

牙龈病 牙龈病变主要发生于牙龈上皮和结缔组织，临床表现为牙龈红肿、刷牙出血等症状。

牙周炎 如果牙周组织持续扩散到深部组织时，会导致牙齿松动、脱落等严重的后果。牙周炎的初期症状包括牙龈红肿、刷牙出血、口腔异味等，随着病情的发展，牙周炎可以

分为轻、中、重三个阶段。①轻度牙周炎：轻度的牙周炎会导致出现牙龈红肿、刷牙出血、口臭等症状，患者通常不会出现显著的疼痛感，往往容易忽视病情。②中度牙周炎：中度牙周炎会出现咀嚼无力、口臭加重，还会引发牙龈退缩、牙根暴露的症状，从而引发牙缝牙龈肿痛。③重度牙周炎：随着病情的加重，重度牙周炎会出现牙齿松动、移位、疼痛，导致无法咀嚼食物，最终牙齿脱落。

牙周疾病治疗的过程

牙周疾病的治疗过程通常分为四个阶段，是一个全面而细致的过程，包括基础治疗、手术治疗、正畸修复治疗、维护期治疗，帮助牙周组织的健康，防止疾病的复发。

基础治疗阶段 基础治疗是牙周疾病治疗的基石，作用是彻底清洁牙周组织，消除

炎症。主要包括超声波洁牙，去除牙齿表面的牙菌斑和牙结石；牙龈下刮治术主要可以清除牙龈下的牙石和病变组织。另外，医生会向患者传授正确的口腔卫生，学习正确的刷牙和使用牙线等清洁工具的方法，从而维护良好的口腔卫生。

手术治疗阶段 如果基础治疗效果不佳或者病情严重的患者，可能需要接受手术治疗。牙周翻瓣术作为常见的手术方法，主要通过翻开牙龈，清除根面上的炎症和坏死组织，并且修正牙槽骨。引导组织再生术治疗利用物理屏障分隔不同的牙周组织，诱发牙周膜细胞再生，从而形成新的牙周。手术治疗主要的目的在于深入清洁牙周组织，去除病变的组织，恢复牙周组织的健康状态。

修复和正畸治疗阶段 牙周疾病会导致牙齿松动或者缺失的出现，患者在病情得到

控制后，需要进行修复治疗，比如种植牙、烤瓷牙，从而恢复牙齿的功能和美观。对于牙齿排列不整齐的患者，可以进行正畸治疗，从而调整牙齿的排列和咬合关系。

维护治疗阶段 维护治疗是牙周疾病治疗不可或缺的部分，患者需要定期进行口腔检查，从而及时发现并处理牙周问题。同时，保持良好的口腔卫生习惯很重要，每天保证刷牙两次，每次刷牙需要三分钟，饭后可以使用牙线剔除牙缝中的食物残余，再用漱口水漱口。另外，戒烟限酒等健康的生活方式对于维护牙周组织的健康也很重要，从而预防疾病的再次发生。

总而言之，牙周疾病的治疗过程需要全面而细致的过程，需要患者和医生的共同努力。通过基础治疗、手术治疗、修复和正畸治疗、维护治疗，患者能够有效控制牙周疾病，恢复口腔健康，提升生活品质。

脑卒中后吞咽障碍，舌针显神通

▲ 广东阳江市中医医院康复科 张剑锋

脑卒中后吞咽障碍是指脑卒中后由于吞咽相关中枢部位（如皮质、皮质脑干束、延髓吞咽中枢等）损伤导致的吞咽功能异常。这种障碍不仅可能导致多种并发症，而且严重影响患者的生活质量，给患者的照护者带来沉重的负担。目前对于本病的干预措施较为丰富，下面将介绍一种非药物治疗手段——舌针疗法。

脑卒中后吞咽障碍的原因与表现

脑卒中后吞咽障碍是一种常见的脑卒中并发症，其发病机制主要与脑卒中导致的神经损伤有关，脑卒中可能损伤控制吞咽的大脑皮层区域、脑干吞咽中枢以及相关的神经通路，这些损伤会影响食物从口腔到胃的整个传递过程。临床表现多样，包括但不限于吞咽启动延迟、吞咽时咳嗽、声音嘶哑、食物从鼻腔反流、吞咽时疼痛或不适、体重下降、反复发生的吸入性肺炎等，这些症状不仅影响患者的营养摄入和水分补充，还可能导致严重的并发症，如误吸和吸入性肺炎，严重时甚至危及生命。此外，吞咽障碍还可能引起患者的心理问题，如进食恐惧、社交障碍和抑郁等，严重影响患者的生活质量。因此，脑卒中后吞咽障碍的早期识别、评估和干预至关重要。

舌针的发展

舌针疗法这一独特的针刺技术，其源头可追溯至《黄帝内经》，其中已有关于舌针治病的记载。20世纪70年代，管正斋先生根据《内经》中舌与脏腑经络的关系，结合祖传针法和自己的临床经验，创立了管氏舌针疗法，依据《易经》“阴阳之道”的哲理和中医“阴升阳降”的理论，确定了24个基础舌穴，制定了补泻手法，确立了配穴法，并规范了适应证和禁忌证，形成了一套完整的学术体系。管氏舌针疗法的发展不仅在理论上有所创新，而且在临床应用上也取得了显著成效，使管氏舌针疗法在治疗小儿脑瘫、中风等疾病方面显示出独特的疗效。能有效改善患儿智力、语言功能、惊厥等精神神经症状，对恢复中枢性运动功能障碍有显著治疗作用。此外，舌针治疗还能降低血液的黏稠度，防止血栓形成，改善血流动

力学，增加脑供血，增强脑代谢，有助于语言及肢体功能的恢复。

舌针在脑卒中后吞咽障碍中的应用

在实施舌针疗法时，通常需要经过如下几个步骤：（1）评估：首先对患者进行全面评估，包括吞咽功能的临床检查和必要的影像学评估，以确定吞咽障碍的类型和程度。（2）制定治疗方案：根据评估结果，制定个性化的舌针治疗方案，包括针刺的穴位、深度、角度和刺激强度。（3）针刺操作：在舌体上选择相应的穴位进行针刺，通常采用斜刺或平刺的方法，得气后留针一定时间。（4）配合康复训练：舌针治疗常与康复训练相结合，如口腔操训练、舌压抗阻反馈训练等，以增强治疗效果。（5）疗效评估与调整治疗方案：在治疗过程中密切监测患者的反应和进展，根据患者的吞咽功能评估结果，以需要调整治疗方案。

虽然舌针在治疗脑卒中后吞咽障碍中具有独特的优势，但并非所有的脑卒中吞咽障碍患者都可以采用舌针治疗，如有出血倾向的患者（如血小板减少症、凝血功能障碍等，以避免针刺后出血）、口腔感染或炎症（如舌部溃疡、口腔炎症等，避免感染扩散）、严重心肺功能不全（患者无法耐受针刺过程中可能的生理反应）、意识不清或不配合治疗（患者无法理解治疗过程或无法配合治疗）、舌肌严重萎缩或畸形（影响针刺操作和疗效）不宜开展舌针治疗。

此外，舌针治疗脑卒中后吞咽障碍时应注意以下几点事项：（1）消毒：针刺前必须对舌体和针具进行严格消毒，以防止感染。（2）针刺深度和角度：根据患者的具体情况调整针刺的深度和角度，避免损伤舌体组织。（3）患者反应：密切观察患者对针刺的反应，如出现不适或疼痛，应及时调整或停止治疗。（4）饮食管理：治疗期间应注意饮食管理，避免食物过硬、过热或过冷，减少吞咽过程中的不适。（5）配合其他治疗：舌针治疗应与其他康复措施如物理治疗、言语治疗等相结合，以提高整体治疗效果。（6）定期评估：定期对患者的吞咽功能进行评估，及时调整治疗方案。

甲状腺结节不可怕，超声诊断助你安心

▲ 山东省微山县人民医院 马传娟

甲状腺结节是临床中常见的内分泌疾病，随着影像学技术的发展，其检出率逐年上升。尽管许多甲状腺结节为良性，患者常常因担忧恶性肿瘤而感到焦虑。科学、准确的超声诊断对甲状腺结节后续治疗有深远影响，本文将探讨超声诊断在甲状腺结节管理中的作用，旨在为患者提供科学依据，消除不必要的恐慌。

甲状腺结节的定义与分类

甲状腺结节是指甲状腺组织内出现的局限性病变，通常表现为甲状腺表面或内部的肿块。根据其成因和性质，甲状腺结节可以分为良性和恶性两类。良性结节包括甲状腺腺瘤、囊肿、结节性甲状腺肿等，通常生长缓慢，预后良好。而恶性结节则主要指甲状腺癌，通常伴随快速生长、局部浸润等特点。对结节进行分类和评估有助于制定相应的临床治疗方案。

超声诊断的基本原理

超声诊断通过高频声波探测体内组织的结构和功能，具有无创、实时、便捷的特点。超声影像能够清晰显示甲状腺结节的形态、边界、内部回声等特征，为评估结节的性质提供重要依据。超声波在组织中的传播速度和反射特性不同，能够有效区分不同组织和病变，使得医生能够更精准地判断甲状腺结节的良恶性。

甲状腺结节的超声特征分析

形态学特征 甲状腺结节的形态学特征是判断其良恶性的关键。超声影像能够显示结节的大小、形状、边界和位置等。一般而言，良性结节通常呈现为圆形或椭圆形，边界清晰，而恶性结节则多呈不规则形状，边界模糊，甚至可能侵袭周围组织。

回声特征 回声特征是超声诊断中重要的一环。良性结节通常表现为均匀的低回声，尤其是囊性结节，而恶性结节则可能呈现不均匀回声，甚至可见微钙化、内部不规则回声等特征。恶性结节的回声特征往往与周围组织的回声差异明显，这种差异能够帮助医生更准确地判断结节的性质。

血流信号 彩色多普勒超声能够评估结节内的血流情况。恶性结节往往伴随丰富的血流信号，而良性结节则相对较少或没有显著的血流信号。通过分析血流模式，特别是血流的分布和形态，能够有效提高甲状腺结节的诊断准确性。

结节的大小和生长速度 结节的大小和生长速度也是评估其性质的重要参数。一般来说，良性结节生长较慢，而恶性结节则可能表现出快速增大的趋势。在定期随访中，如果结节的直径在短期内显著增大，则需要进一步评估。

其他特征 除了上述特征外，结节的囊壁厚度、内部结构（如是否有液体成分或钙化组织）、结节的边缘特征（如光滑或毛刺状）、周围组织的情况（如是否有水肿）以及是否伴随淋巴结肿大等，均为判断结节性质的重要参考。

超声诊断的临床价值

超声检查是甲状腺结节筛查的首选方法，能够在早期阶段发现结节，及时干预。通过定期的超声监测，可以对结节的变化进行动态观察，为患者提供个性化的管理方案，早期发现可能的恶性结节有助于提高治疗效果和改善预后。超声结果不仅可以帮助确定结节的性质，还能为后续的临床管理提供指导。对于明确为恶性的结节，超声结果可以作为手术指征的重要依据，而对于良性结节，医生可以制定相应的随访计划，减少患者的焦虑和医疗资源的浪费。超声作为一种安全、无创的检查方法，可以帮助患者更好地理解自身的健康状况。通过超声诊断可以有效筛选出高风险的结节，避免不必要的侵入性检查，如细针穿刺活检。对于低风险的良性结节，患者可以进行定期随访，无需进行手术干预，从而减少不必要的医疗费用和心理负担。

甲状腺结节并不可怕，超声诊断在其中扮演着重要的角色。通过科学的超声检查，可以准确判断结节的性质，为患者提供个性化的管理方案。对患者而言，保持良好的心态，定期进行健康检查，将有助于更好地管理甲状腺健康。通过超声的专业分析，能够有效降低误诊率，提升患者对自身健康状况的认知，有助于健康生活。