精神因素、职业因素等都可能导致夜磨牙

种植牙修复后应如何进行维护？为什么会夜磨牙？9月3日上午9:30～10:30，本报健康热线0551-62623752，邀请了合肥市口腔医院修复科副主任医师鲍利红，与读者交流。 □ 刘绍敏 记者 马冰璐 文/图



鲍利红，副主任医师，擅长口腔种植义齿修复、微创美学义齿修复，复杂活动义齿、全口义齿、复杂咬合重建序列治疗，附着体义齿修复等。

种植牙后 应做好日常护理和定期检查

读者：种植牙修复后应如何进行维护？

鲍利红：患者在种植牙后的日常护理和定期洗牙、检查是非常重要的。患者在日常生活中应做到：①饭后漱口：漱口能洗除附着疏松的软垢，暂时减少口腔中微生物的数量。②刷牙：患者可选择刷毛较柔软、其末端为圆头的牙刷。刷牙时动作应轻柔，避免损伤到周围软组织。③使用特殊器具：例如牙间清洁器，可用于清除难以自洁的邻间隙和基台近远中邻面的菌斑；纱布条，可去除食物残渣，并起到一定抛光作用；牙线，可有效剔除牙缝里的残留物及牙齿邻面上的菌斑。此外，种植牙洗牙需要有特殊的洗牙工具，因此患者还应定期洗牙并进行口腔卫生检查。

精神因素、职业因素等都可能导致夜磨牙

读者：为什么会夜磨牙？

鲍利红：导致夜磨牙的因素主要有：①精神因素：口腔具有表示紧张情绪的功能，尤其是焦虑者，若因某种原因无法表现出来，可能试图通过磨牙的方式来缓解内心的焦虑。②牙合因素：神经紧张的个体中，任何牙合干扰均可能是磨牙症的触发因素。③中枢神经机制：与白天情绪有关的中枢源性的睡眠紊乱，由内部的或外部的，心理的或生理的睡眠干扰刺激所触发。④全身其他因素：与寄生虫有关的肠胃功能紊乱，儿童营养缺乏，血糖血钙浓度等都可能成为磨牙症的发病因素。有些病例表现有遗传因素。另外尿酸增多症、甲亢、过敏、膀胱应激症等也可能与磨牙症有关系。⑤职业因素：如飞行员、汽车驾驶员、运动员，要求精确性较高的工作如钟表工，均有发生磨牙症的倾向。

心理治疗、咬合板治疗等 都是常见的夜磨牙处理方法

读者：如何治疗夜磨牙？

鲍利红：常见的处理夜磨牙方法主要有：①心理治疗：消除紧张情绪，合理安排工作。②肌肉松弛疗法：肌肉松弛仪的应用。③咬合板治疗：如制作单颌夜磨牙牙合垫。④纠正不良习惯：如偏侧咀嚼、咬物习惯等。⑤儿童可行肠道驱虫治疗，保证合理健康的饮食结构。

恒牙迟迟不萌出 原是牙瘤“作怪”

星报讯（白寰 记者 马冰璐） 合肥一名8岁女孩的两颗门牙相继脱落，其中一颗已长出洁白端正的恒牙，可另一颗乳牙脱落后却迟迟不见恒牙萌出。昨日，记者从安医大二附院获悉，这一切都是一种叫作“组合型牙瘤”的疾病在“作怪”，手术切除牙瘤后，恒牙将正常萌出。

8岁女孩晓晓（化名）的两颗门牙相继脱落，可奇怪的是，其中一颗已长出洁白端正的恒牙，而另一颗乳牙脱落后却迟迟不见恒牙萌出。心急如焚的家人赶忙带她就医，安医大二附院口腔颌面外科医生经检查发现，她牙床正中有多枚没发育完全的牙齿，像岩石一样阻碍了新生门牙的生长，这些没有发育完全的牙齿正是导致她两年都没有萌出恒牙的“罪魁祸首”。

随后，医生确诊她患上了一种叫做“组合型牙瘤”的疾病，需要手术切除牙瘤，才能恢复牙齿健康，让恒牙正常萌出。经手术治疗后，晓晓恒牙萌出的“阻力”被扫清，很快，她的恒牙将正常萌出。

据该院口腔颌面外科副主任医师方冬冬介绍，牙瘤是一种牙源性肿瘤，其生长于颌骨内，是一个或多数牙胚组织异常发育增生而形成；其中可含有不同发育阶段的各种牙胚组织，直到成形的牙，数目不等，可能有数个至数十个；形状不规则，可能近似正常牙，也可以没有牙的形态，只是一团紊乱的硬组织混合而成，目前治疗方式以手术为主。

方冬冬提醒，换牙，是每个孩子必经的过程，当孩子新牙长时间“不愿露面”时，作为家长，应密切观察孩子的牙齿发育情况，尽早带孩子到医院检查，及时诊治。

肝纤维化治疗有望取得新突破 我省专家在国际期刊《细胞》发表论文

星报讯（记者 马冰璐） 昨日，记者获悉，安徽医科大学第一附属医院病理科主治医师徐洪海博士担任共同第一作者，在《细胞》杂志正刊在线发表题为“白细胞衍生趋化因子2（LECT2）作为孤儿受体Tie1的配体在肝纤维化进程中发挥重要作用”的研究论文，该研究为肝纤维化疾病提供了新的潜在治疗靶标。

我国是肝病大国，肝病发病率和死亡率均高于世界平均水平。肝病患者大部分是慢性肝病，慢性肝病的特点是炎症和不断进展的纤维化，但目前肝纤维发病的分子机制不明确且尚无有效的治疗方法。该项研究将白细胞衍生趋化因子2（LECT2）鉴定为具有免疫球蛋白样和表皮生长因子同源性家族的受体酪氨酸激酶Tie1的功能性配体，揭示了LECT2-Tie1信号通路通过调控肝脏门脉血管新生和肝血窦毛细血管化进而调控肝纤维化进程的新机制，并提出了应区别对待门脉血管新生和肝血窦毛细血管化在肝纤维化进展中的不同作用的新观念。此外，该研究表明血清LECT2水平可能成为肝纤维化的潜在诊断标志物，且更重要的是，LECT2被证实可作为肝纤维化的潜在治疗靶标。

美国《细胞（cell）》、英国《自然（Nature）》和美国《科学（Science）》是国际公认的三种享有最高学术声誉的期刊。近年来，安徽医科大学第一附属医院先后在三大国际顶级期刊发表研究成果，表明该院在创建世界一流学科中取得了积极的进展。

吃月饼有讲究 早晨吃较健康

星报讯（王津淼 记者 马冰璐） 中秋将至，按照习俗，亲朋好友将欢聚一堂赏月吃月饼。琳琅满目的月饼如何吃才健康呢？听听安徽省针灸医院专家张国庆怎么说。

月饼是高热量、高脂肪、高糖的食物，早餐承担了一天为工作学习提供能量的重任，早晨吃月饼可以提供能量，不会让过多的能量无处消耗，可以淡化吃月饼带来的高热量的问题，不易发胖。当然，搭配一些牛奶、豆浆、蔬菜、水果均衡营养是最佳选择。

在品尝月饼的同时最好配以中国的传统饮料茶助其消化，茶水含有丰富的茶多酚，能吸附油脂排出体外，避免摄入过多的能量，帮助消化；当然除饮茶外也可以食用一些山楂健胃消积。

“无糖月饼”不是不含糖，只是不含“蔗糖”，其替代品则是麦芽糖醇、山梨醇、木糖醇等甜味剂，同时制作月饼要使用面粉，加之油以及豆沙等馅料在消化吸收后同样会转化为葡萄糖提供能量，只是相对少一些而已，所以依然要控制摄入量。

吃月饼不要过量，且如果吃了高热量的月饼，其他的食物就要少吃一些，这样每日摄入的总量就不会太多，再有就是可以通过增加运动来将摄入的多的能量消耗出去，达到量出为入的能量平衡的效果。

这些人不宜多吃月饼

1、脑中风及其高危患者不宜多食月饼：多数中风患者合并有“三高”（高血压、高血糖、高血脂）等基础疾病，过食月饼会使“三高”加重，容易导致中风复发，加重病情。

2、患有溃疡的病人不宜吃月饼：进食月饼后会使胃酸分泌增多，对消化道溃疡患者的溃疡面愈合极为不利，所以不宜吃月饼。

3、患有胆结石的病人不宜吃月饼：进食月饼后会促进胆汁的分泌，引起胰腺炎及胆结石疼痛，所以不宜吃月饼。

如果在食用月饼后出现头晕头痛、血压血糖不稳、肢体活动不利、言语不清、腹痛、腹泻等不适症状，请及时到正规医院就诊，切勿延误病情。

□ 下期预告

肩关节疼痛的原因有哪些？如何进行治疗和预防？下周二（9月10日）上午9:30～10:30，本报健康热线0551-62623752，将邀请安徽省针灸医院骨二科主任孙奎，与读者交流。

孙奎，主任医师，擅长针灸、正骨手法、小针刀、射频微创等治疗膝关节炎、颈椎病、肩周炎、腰椎间盘突出症、颈肩腰腿痛等病症。 □ 王津淼 记者 马冰璐



垃圾分类不仅有助于保护环境，还有助于倡导绿色健康的生活方式。近日，“践行垃圾分类，从我做起”活动在合肥市朝阳社区举行，小朋友们“组团”学习垃圾分类知识。□ 杨艳红 刘亚萍 记者 马冰璐 文/图