

老年人牙齿保健有哪些误区

邓纯静

四川省宜宾市悦美口腔 644000

【中图分类号】R161

【文献标识码】A

【文章编号】2095-9753 (2020) 02-077-01

老年人口腔黏膜增厚,唾液腺萎缩和唾液分泌减少,经常感到口干和吞咽困难;味蕾减少,味觉下降等影响老年人的食欲。牙龈渐渐萎缩以及暴露的神经末梢,牙齿磨损,钙化,咀嚼肌的脱落和萎缩使老年人对冷热酸甜味更加敏感,容易出现牙痛,咀嚼力弱,易患龋齿,牙周病,粘膜疾病和恶性肿瘤。

进入老年后,许多人会经常感到牙齿酸痛,松动,咀嚼无力,食物撞击,牙龈发炎等。这些症状提醒您特别注意保护牙齿的健康。牙齿保健是缓慢和细心的工作,其日常护理非常重要。因此,牙科医学专家提醒人们掌握日常牙科保健的更多知识和技能。只有坚持不懈地爱护牙齿,您才能长时间享受它们带来的便利。

老年人口腔和牙齿疾病的大多数原因是由错误的健康观念引起的。常见的误解包括以下几个方面:

误区一:随着年龄的增长,少掉几颗牙齿是正常的。无需修复缺失的牙齿。这种方式有很多危害,会大大降低咀嚼的能力,影响消化吸收和营养吸收;会加速相邻牙齿的松弛和脱落,并影响语言和容貌外观。镶上假牙可以帮助老年朋友消除缺陷并恢复牙齿功能。

误区二:仅用漱口水,不用刷牙。这是一个坏习惯,经常发生在许多农村和山区老人中。有些老人是为了方便,而另一些人则认为漱口可就以清洁口腔并保护牙齿。经常冲洗是必要的,但单独冲洗不能达到刷牙的清洁效果。老年人牙齿缝隙较大,容易进食和腐蚀牙齿,特别是牙菌斑,必须每天刷牙才可以有效清除。

误区三:老年人不需要定期洗牙。老年人通常没有定期洗牙的习惯,他们既怕麻烦,又怕浪费钱。但是,老年人的消化功能较差,因此要保持良好的口腔就显得尤为重要,每天刷牙和冲洗是不够的。只有定期清洁牙齿,才能彻底清除

有害牙齿健康并防止牙龈肿胀、牙周炎,牙髓炎等口腔疾病。

误区四:牙齿尽量不拔,拔出牙齿时其他牙齿会松弛。当人们进入老年时,牙列缺陷已成为普遍现象。在某些情况下,如果某些牙齿已经有非常大缺损,则不仅没有保留价值,而且会影响修复效果。如果不愿意将拔除,这将导致许多不利影响。首先,炎症会扩散,这可能会对邻近的健康牙齿或不太严重的牙周炎产生不利影响。其次,有些病人等到患牙自行脱落,此时牙槽骨已被严重吸收,这将对将来的义齿修复产生不利影响。最后,不及时拔牙也会导致无法及时修复义齿,这将导致患者的咀嚼功能低下或咬合障碍,从而对患者的健康产生不利影响。因此,一旦牙齿无法保存,应及早拔出并安装义齿,这对口腔健康是最有益的。我们必须正确面对牙齿不足的问题,不能只是放任不管。

患有牙齿疾病时,应给予及时的医疗照顾,以消除病因并预防疾病的发展。如果不及治疗,疾病发展到一定程度,则可能导致出现很多必须解决的问题。例如,牙齿缺陷(由于各种原因而导致的硬齿组织的外观和结构损坏和异常),牙列缺陷(指的是牙列中牙齿缺失数量不均),牙列损失(由于牙周疾病和老年生理退化,上颌或下颌以及上下颌牙缺失。)年长的朋友应该尝试用温水漱口并刷牙,以免引起冷刺激和热刺激,从而减少牙髓发炎的发生率。口腔癌的患病年龄为40至60岁。老年人的良好生活习惯对于预防口腔癌的发作很重要。尽量避免吸烟,饮酒,嚼槟榔,喝热饮料和吃热食,以免刺激不良,及时调整假牙的锋利边缘和锋利尖端,及时去除残留的牙根和牙冠避免重复刺激口腔软组织。定期进行口腔健康检查以及及时治疗口腔疾病。牙科检查每六个月或一年进行一次。当牙齿因热和冷而刺激和疼痛时,应去正规的口腔医疗机构进行及时的检查和治疗。

(上接第76页)

像学检查均阴性时,此酶活性已明显升高,可提高AFP阴性肝癌的检出率;5'-NT可协助判断ALP升高是肝胆系统疾病还是骨骼系统疾病,骨骼系统疾病时其检测结果正常;同时5'-NT还可鉴别诊断肝细胞性黄疸和阻塞性黄疸,阻塞性黄疸时5'-NT明显升高。

反映肝纤维化为主的酶类 主要有单胺氧化酶(monoamine oxidase, MAO)、脯氨酰羟化酶(prolyl hydroxylase, PH)

MAO是一种含铜酶,分布于肝肾胰心等器官,在肝脏中主要来源于线粒体,其活性与体内结缔组织增生呈正相关,正常参考范围12~40U/ml。肝硬化时肝纤维化现象非常活跃,MAO活性明显升高,急性肝病时肝细胞坏死较少,纤维化现象不明显,其活性就正常或轻度升高,但在急性重型肝炎时由于肝细胞大量坏死,线粒体被破坏,MAO释放入血,血清MAO活性就明显升高。

PH是胶原纤维合成的关键酶,它与纤维组织的形成有关,在脏器发生纤维化时,PH在该器官组织内活性增加,所以当肝纤维化时,肝脏胶原纤维合成亢进,血清中PH明显升高。

反映肝癌的酶类:主要有 α -L-岩藻糖苷酶(α -L-fucosidase, AFU)

AFU广泛分布于人体肝脑肺肾等组织的细胞溶酶体中,正常参考值为27.1~12.8U/L。AFU是原发性肝癌的诊断标志物,肝癌时AFU显著升高,而其他肝脏占位性病变时其增高的阳性率明显低于肝癌;肝癌术后AFU降低,复发时又增高,动态监测其活性对判断肝癌的治疗效果、估计预后和预测复发都具有重要的意义,它和AFP联合应用可提高原发性肝癌的阳性诊断率。

从上述内容可见,充分了解了常用血清酶的检测对临床上肝胆疾病的诊断、鉴别诊断以及对其他疾病的鉴别诊断都具有非常重要的意义。