

牙周炎伤牙也“伤心”

牙疼不是病,疼起来真要命。近日,广州一名32岁男子牙疼数周忍痛不治疗,最后发展为心内膜炎,险些送命。

32岁的小孙是职场骨干,经常加班。近一个月来,他常觉得疲惫,发烧持续一周,但他自恃“年轻,身体好”,一直没有去医院。直到近日因胸口发闷、气促,全身乏力,才去就诊,结果被诊断为亚急性心内膜炎。让小孙意外的是,心内科医生却让他尽快治疗牙周炎。

中山大学孙逸仙纪念医院口腔科牙周病专科副主任刘墨表示,小孙的口腔清洁状况不容乐观,患有中度牙周炎。

大量科学研究表明,牙周炎与心内膜炎等多种心脏疾病密切相关。牙周炎是一种常见的牙齿慢性感染性疾病,其主要临床表现为牙龈炎症、出血、牙周袋形成、牙槽骨吸收、牙齿松动移位、咀嚼无力等,若不及时治疗常引发其他疾病,甚至牙齿全失。

除了心内膜炎,心肌梗死、冠心病等也与牙周炎密切相关。在冠状动脉斑块及血栓中,能够检测出牙周致病菌。国内外学者的研究均表明,急性心肌梗死或冠心病的患者比同年龄、同性别的非冠心病者患有牙周病的比例更高,也更为严重。

刘墨说发生中重度牙周炎时,牙周袋壁上聚集了大量致病细菌,而发生炎症的牙周袋上皮变薄甚至发生溃疡,袋壁通透性大大增强,因而大量细菌及其

毒性产物通过上皮进入血液中,因此牙周炎患者较常出现严重的菌血症。细菌及其毒性产物通过血液引起迁移性感染,导致血管内皮细胞病变,血管炎,血小板集聚和黏附,血管脂肪变性,胆固醇沉积,血栓形成,动脉粥样硬化等一系列病变,进而影响心脏健康。

专家提醒:心脏病患者应主动进行口腔定期检查,积极防范牙周炎。牙周炎患者也要注意不明原因的发热、胸痛。牙周病患者除了定期刷牙外,每3-6个月要到牙周科复诊,进行牙周基础治疗。

据《广州日报》

塑料瓶搞定膝盖痛



膝关节是人体承重最多的关节,很多人上下楼梯时膝关节肿痛,逐渐长出骨刺,磨坏软骨,导致膝关节提前退休。可以借助塑料瓶,强壮膝关节。

准备好一个矿泉水瓶(空的)。把两个脚打开1个拳头的宽度,再用膝盖夹住矿泉水瓶(可适量加入热水)把脚抬起一点,保持2分钟。这个小动作可以锻炼膝盖周围的肌肉,锻炼的时候,气血供应上来,就会把一些风寒、寒气去除,治疗膝关节疼痛。

热敷用错反添病

在日常生活中,人们会经常使用热敷来缓解身体的各种疼痛及其他不适,落枕时用热毛巾敷于患处,可以促进血液循环,缓解痉挛疼痛;眼部疲劳可用热毛巾敷眼部,能够促进眼周血液循环,利于减轻疲劳;女性痛经或因受凉导致的腹痛、腹泻,也可用热毛巾或热盐包敷腹部,起到温通化痰、祛寒止痛、理气止痛的作用。

不过,河南省中医院针灸科主任医师焦乃军提醒大家,热敷不是万能的,有些疾病不能用。温热性病症,常表现为易上火,特别怕热,或伴有口臭、便秘,女性还表现为月经量过多等。各种脏器出血者,热敷可使局部血管扩张,加重出血。软组织挫伤、扭伤初期(72小时之内不可用热敷)。湿疹、过敏性皮炎。急性腹痛。遇此情况需及时到医院检查,盲目热敷容易掩盖病情真相而延误诊断和治疗。

权威中医门诊世医堂落户泉城

□记者 史大玮

“弘扬中医文化,传承国医精粹。”经过前期紧张有序的筹建,3月19日上午,山东世医堂中医文化研究院所属的济南世医堂中医门诊部落户泉城。现场有大众日报、齐鲁晚报、近报、济南时报、都市新女报、济南广播电视台、新浪、搜狐等数十家主流媒体对开业仪式进行采访、报道。

据工作人员介绍,世医堂门诊部特邀全国知名中医专家团队莅临泉城,为患者把脉问诊,提供中医诊疗服务。开业期间优惠大酬宾,进店就诊挂普通门诊



免挂号费,挂专家号打八折,每天前30位进店即可获得春季养生花茶一份。世医堂中医门诊部位于济南市槐荫区经七路纬九

路路口西北角。

进军医疗健康领域近年日渐成为风潮,世医堂可以说是青岛目前最大的中医调治养生专

业医疗机构,秉承“世医济世,大医精诚”的办院宗旨,大力弘扬“普同一等,救死扶伤”的中医精神,走出了一条以中医为主,中西医结合为特色的发展之路。

世医堂自2014年落户青岛,服务了岛城近万患者,可谓是家喻户晓,为他们解除病痛,带来健康。短短两年时间,于2016年9月正式开启连锁化经营模式。世医堂第二家中医门诊同样系千万巨资打造,坐落于青岛市北长春路87号,占地1800㎡,周边人流密集,地段繁华,汇集多名中国名医大家。2017年世医堂也在济南开业,济南槐荫世医堂门诊部作为世医堂在济南的第一家门诊部,同样会继承世医堂的宗旨,服务于泉城人民。

寿星堂

百岁老中医养生四得

夏禹甸老人是湖南中医药大学退休教授,生于1913年11月14日,他少时酷爱中医,对明代著名医学家李时珍十分仰慕。

夏老身为国学中医大师,深得养生之道。夏老说:“我的养生经验有四个‘得’字,就是吃得、拉得、走得、睡得。”每餐只吃六分饱,粗茶淡饭,不多吃荤,小菜水果天天吃。夏老的消化功能正常,每天定时大小便。他每天还要到校园里走走,每次半小时,累了就在路边坐一坐,不让自己过分劳累。因为生活有规律,想得开,夏老从不失眠。

据 39 健康网



脑血管瘤破裂是诱发出血性脑卒中的常见原因之一,它就像隐藏在人体内的一颗炸弹,察觉不出症状,却随时可能破裂危及生命。但再隐蔽的东西也难免会露出蛛丝马迹,尽早发现就可以降低风险。

1、头痛:头痛是脑动脉瘤患者出

脑血管瘤也有蛛丝马迹

现最为广泛的早期症状,约有90%的脑肿瘤患者会出现。头痛常发生在清晨4-5点,一些患者会在熟睡中被痛醒,起床轻度活动后头痛逐渐缓解或消失。

2、视觉障碍:血管瘤引起的颅内压升高,会影响眼球的血液循环,损伤眼睛的视觉细胞,影响视力。

3、恶心、呕吐:恶心、呕吐是不少患者的首发症状,他们在出现此症状时多伴有头痛、头昏。患者的恶心、呕吐症状多在凌晨空腹时出现,最典型的表现是与饮食无关的恶心或喷射性呕吐;常于较激烈的头痛、头昏以后产生。

4、运动障碍:走路不稳、一侧无

力会被一些老人当做衰老的表现,但也可能是脑血管瘤的早期表现。当血管瘤位于控制运动或感觉的区域时,除了走路不稳、一侧无力外,还会导致手脚不灵活、说话不清等症状。

5、精神异常:很多人到了五六十岁,脾气会变差,遇事急躁、没有耐心。我们通常认为可能是到了更年期的缘故。但你可能不知道,脑血管瘤也会造成情绪改变。

日常生活中应该多加注意身体变化,一旦出现上述症状,应及时到就诊,排查、治疗。最好每年进行一次体检,以便揪出体内的“隐形炸弹”。

据《生命时报》

UGO

—更高品质的视频购物—
优购物·优品惠

www.ugoshop.com

约惠春天

