

卸下光环,从公立医院走出来的“牙周病权威专家”

——访宁波拜尔口腔医院牙周技术总监钱鸥



钱鸥,知名牙周病专家,宁波拜尔口腔医院的牙周技术总监。也许,很多宁波人会对这个名字觉得既陌生又熟悉。如果你曾有患牙周病的经历,那么很有可能接受过钱鸥医生的治疗,因为他曾是宁波知名三甲公立医院的专业牙周科医生。

纵横口腔牙周领域十余年,率先提出组建宁波公立医院专业牙周科室,钱鸥医生在牙周病领域独树一帜,是当之无愧的宁波牙周病学技术的领先者。此次受拜尔之邀,成为拜尔口腔权威专家团队的一员,他只想给患者带来更好的口腔服务。

术业有专攻,宁波牙周病学的先行者

目前,在全国真正专业从事牙周病治疗的医生只有为数不多的几百人,而钱鸥医生作为宁波地区较早开展牙周病研究的医生之一,对于牙周病研究可谓情有独钟。

从业10余年间,钱鸥医生从未间断对牙周病的学习研究,多次奔赴北京大学口腔医学院牙周科、南京医科大学口腔医学院,与国内权威牙周专家探讨学习,钻研牙周理论知识,掌握世界前沿的牙周新技术。

勇于突破,不断探求牙周新技术

“牙周病就是由细菌引起的牙齿周围组织的感染,这种感染最终会导致牙齿松动、掉落,就像包埋大树树根的土壤一旦被掏空,大树就会倒掉。”钱鸥医生谈到牙周病时这样比喻。

钱鸥医生十分关注牙周病的基础治疗,他表示,牙周基础治疗能治愈70%的牙周炎,同时它也是牙周手术治疗的的基础。而现在中国90%的成年人都患有牙周病,但重视程度却很低,许多患者会因为害怕疼痛而逃避治疗。

“随着口腔科技的进步,现在已经有一种全新的技术——水激光,可以有效避免刮治中的疼痛,为患者带来舒

牵手拜尔,只为给患者提供更好服务

谈起这次与拜尔的结缘,钱鸥医生坦言,在原来的单位时有不少的限制,许多技术也不能发挥得尽善尽美。

而拜尔口腔自成立之初专注口腔医疗21年,已被业界公认为知名的口腔品牌连锁机构之一,现已在全国19个省及一线城市开设近百家门诊和医院,2014年更是与联想控股达

关注牙周病,致力于为甬城市民解决牙周问题

钱鸥医生表示,许多人认为“人老就会掉牙齿”,其实大错特错。如果没有牙周疾病,一个人活到老也不会掉牙齿。随着年龄增长,牙齿会掉落就是因为牙周病已经发展到晚期的结果。目前,牙周病在整个社会的发病率高达90%多,几乎每个人的牙齿都是有问题的。

据了解,在公立医院口腔科工作期间,钱鸥医生主要从事口腔颌面外科、牙体牙髓病、牙周科及疑难杂症的治疗,尤其擅长牙周病的治疗和牙周病病人的种植修复。同时,也精通各类高难度的牙周手术,特别是牙周美容外科手术。值得一提的是,钱鸥医生率先提出组建宁波公立医院专业牙周科室,并担任主治医师。作为宁波较早专业开展牙周病治疗的医生,钱鸥医生无愧为宁波牙周学科的领路人。

适的诊疗体验。”钱鸥医生介绍说,运用水激光,在治疗中无需麻醉、出血少、无痛,且愈合快。而更令人惊喜的是,现在宁波也有自己的水激光了,宁波拜尔口腔医院作为宁波少数获得美国BIOLASE水激光指定诊疗机构之一,深受患者信赖。

钱鸥医生对于牙周病高难度的复杂治疗也有独到见解。通过不断探索,他将牙周引导组织再生术(GTR)发挥得炉火纯青,有效促使牙周组织再生。此外,随着爱美需求增多,很多对自己笑容不满的女士纷纷赶来拜尔“钦点”钱医生为她们的“牙周美容顾问”。

成战略合作关系。拜尔在专业领域如此突出的成就,给钱鸥医生极大的信心加入拜尔。

此外,拜尔口腔拥有全国权威的口腔培训机构,全年不定期邀请国内外知名口腔专家进行实操和理论培训,并安排医生出国进修,只为让消费者享受舒适的口腔服务,这点也是钱鸥医生所看重的。

“牙周健康很重要。无论有多好的技术和材料,没有健康的牙周组织为基础,都很难得到良好的长期疗效,所以规范化的牙周治疗也是正畸、种植、美容修复等口腔专业治疗取得成功的基础。”钱鸥医生如是说。

徐益霞

国内知名专家 双休日来明州医院服务信息

本周六(11月22日)上海市胸科医院呼吸内科张雪艳副主任医师,本周日(11月23日)西南整形外科医院整形外科曹川副主任医师、上海市胸科医院心内科马建伟硕士、上海交通大学医学院附属新

华医院皮肤科陈仁贵主任医师来明州医院服务。时间是:陈仁贵上午8:00开始,曹川上午8:30开始,张雪艳、马建伟上午9:30开始,欢迎有需要者前往。

刷牙这回事 成人儿童方法不同

口腔清洁离不开正确的刷牙方法。如果刷牙方法不当,不但达不到刷牙的目的,反而会引起各种不良的后果。不正确的刷牙方法可引起软组织损伤,最常见的是牙龈萎缩;引起牙体硬组织的损伤多见磨损及颈部楔状缺损,并由此而引起的牙颈部敏感。下面介绍两种主要的刷牙方法。

成人刷牙方法:水平颤动拂刷法

水平颤动拂刷法是一种有效清除龈沟内和牙面菌斑的刷牙方法。水平颤动主要是去除牙颈部及龈沟内的菌斑,拂刷主要是清除唇(颊)舌(腭)面的菌斑。具体操作如下:将刷头置于牙颈部,刷毛顶端指向牙根方向(上颌牙向上,下颌牙向下),刷毛与牙长轴大约呈45°,使刷毛部分进入牙龈沟内,部分置于牙龈上,轻微加压。从后牙颊侧以2—3颗牙为一组开始刷牙,用短距离水平颤动的动作在同一部位数次往返,然后将牙刷向牙冠方向转动,拂刷颊面。

刷完第一个部位后,将牙刷移至下一组2—3颗牙的位置重新放置,注意与前一个部位保持有重叠的区域,继续刷下一个部位,按顺序刷完上下牙齿的唇(颊)面。用同样的方法刷后牙的舌(腭)面。刷上前牙舌面时,将刷头竖放在牙面上,使前部刷毛接触龈缘,自上而下颤动。刷下前牙舌面时,自下而上颤动。

儿童刷牙方法:圆弧刷牙法

对于儿童,应选择刷毛软的儿童牙刷。家长要先学会,并且耐心教孩子学习、

掌握,从而熟练使用圆弧刷牙法。

在闭口即上下牙咬在一起时,将牙刷放入口腔,刷毛轻度接触上颌最后磨牙的牙龈区,用较快、较宽的圆弧动作,以及较小的压力从上颌牙龈拖至下颌牙龈。前牙切缘对切缘接触,作连续的圆弧形颤动,舌侧面与腭侧面需往返颤动。

牙刷选择有讲究

除了正确的刷牙方法外,牙刷的选择也很重要。牙刷刷头小可以刷到每一个牙面。一般人可选择刷毛硬度为中度或软毛,刷毛末端充分磨圆的牙刷。家长应根据儿童不同的年龄段的需求,有针对性地选择阶段性儿童牙刷。

半岁—一岁:乳牙萌出阶段,基本是父母给孩子刷牙,可以从指套型牙刷开始,然后换用宽柄软毛的儿童牙刷,由成人握持,可清洁牙面,刷头周围最好是软胶的。

3—5岁:乳牙阶段,儿童开始学着自己刷牙,因此最好选择能够引起孩子刷牙兴趣,并适合手握、不滑的卡通牙刷柄。同时选择小头、软毛的牙刷。

5—7岁:儿童开始萌出第一恒磨牙,所以应该使用末端刷毛长的牙刷,这样更有利于清洁萌出过程中的第一恒磨牙。王惠

吃粗粮 莫贪多

粗粮一般是指大米和面粉以外的粮食,包括小米、黄米、荞麦、玉米、高粱、青稞、土豆、红薯等。粗粮不但含有人体所需要的蛋白质和碳水化合物,还含有丰富的维生素和钙、磷等无机盐,相对而言膳食纤维较高而能量较少,有利于降糖降脂。

但粗粮也有自己的问题,如含嘌呤量高,长期过多摄入,既影响胃肠道消化和吸收功能,又会引起体内嘌呤代谢异常,容易引起高尿酸血症或痛风的发生。

现在城市里许多人都开始有意识地粗粮饮食,这是好事,但专家提醒,坚持“粗细搭配”而不是“只吃粗粮”,最好是把粗粮和细粮掺和起来吃。比如,可以食用由“玉米+大麦面”组成的二面或“玉米+大麦面+荞麦面”组成的三合面做的面条和馒头;也可以吃



“大米+绿豆”组成的米饭或“大米+绿豆+燕麦”组成的米饭。当然也可以根据个人喜好,在一天三餐中分开安排,1—2餐粗粮,1—2餐细粮。这样既能摄入较多的膳食纤维、维生素及无机盐等微量营养素,又可以改善餐后血糖,同时不会造成嘌呤过多的情况。

吃粗粮还有一些“讲究”,例如吃粗粮要及时多喝水,因为粗粮中的纤维素需要充足的水分才能保障肠道的正常工作;吃粗粮要循序渐进,经常吃肉的人突然增加粗粮的进食量会引起肠道不适应;另外,过多摄入薯类粗粮可引起烧心、反酸、腹胀、打嗝等不适,尤其是有慢性胃炎、食管炎、消化性溃疡等消化道疾病和消化功能不良者,应注意不宜摄食太多。

姿含

“少量饮酒有益健康”仅适用少数人

“少量饮酒有益于身体健康”这一说法为不少人接受,但瑞典的一项研究显示,少量饮酒仅对携带变异遗传基因的人的心血管健康有益,但他们只占总人口数的15%。

瑞士哥德堡大学博士塔格泰勒表示,“少量饮酒有益健康”仅适用于携带胆固醇酯转移蛋白遗传因子的变异

型(Taq1B)的人的心血管健康。20名人中,一般只有3人可能携带这种变异遗传基因。

塔格泰勒博士称,是通过对618名心脏病患者和3000名健康人的饮酒习惯和检查他们的遗传基因后得出了上述结论。

周游