



口腔科的“植骨”是什么？

护齿卫士：朱炳震
市口腔医院医师



高雨 杨冷

随着种植学科理念、临床研究，以及材料工艺的不断更新发展，种植牙技术日趋成熟。种植义齿相较于传统活动义齿、固定义齿，具有创伤小、使用舒适度高、功能恢复好、性能优越等优势，因此被誉为“人类的第三副牙齿”。随着生活水平的日益提高和国家种植牙集采政策的推行，越来越多的患者选择了种植义齿这一修复方式。然而，很多患者在进行种植咨询时，往往被告知“骨量不足，需要

进行植骨”，这时候，患者往往会产生疑问：“什么是植骨？我不植骨行不行？”

种植医生说的“植骨”通常是指骨增量手术，是在骨缺损处植入骨替代材料来获得足够骨量，以满足种植牙植入条件的一种常用方法。一些口腔疾病，如牙周炎、根尖周炎等，会对人的牙槽骨造成不同程度和范围的破坏，这不仅会导致天然牙的松动、脱落，还会影响拔牙后种植牙的植入。因为种植牙和天然牙一样，需要足量、健康的牙槽骨支持，才能在口中负担长期的功能运动。就好比一棵树需要栽种在坚实的土壤里，才能稳固健康地成长。为了恢复被破坏吸收的牙槽骨，获得足够的种植牙植入空间，往往就需要进行植骨手

术。通常情况下，植骨植入的并不是自己的骨头，而是人工的骨替代材料，例如骨粉、骨胶原等，这些骨替代材料往往具有良好的生物相容性和成骨性能，在缓慢被人体吸收的同时，可以引导、诱导自体骨的生长。

此外，在拔除患牙同期植入种植体的情况下，由于种植体与拔除的天然牙牙根形态并不完全匹配，这时也需要在种植体和拔牙窝之间进行植骨，以保证拔牙窝愈合之后种植体周围有足够的骨量支持。

如果通过术前 CBCT 检查发现患者牙槽骨的骨量比较充足，骨密度、高度和宽度都能满足种植牙的植入条件，那么这种情况下就不需要植骨，可以直接进行种植牙手术。

焦虑障碍是性格问题吗？

耕心医生：徐文悦
市精神卫生中心临床心理科主治医师



沈蕾 胡启梅 杨冷

生活中，每个人都有可能会出现焦虑情绪，适度的焦虑是有积极意义的，能够使大脑处于兴奋状态，让人思维敏捷、反应迅速，使机体保持充沛的体力。不过，如果过度焦虑，则可能是疾病状态了。

刘女士是一位“准妈妈”，因为感到非常无助，她最近来到市精神卫生中心心理门诊求助。“我能明显感到自己最近情绪很不稳定，很烦躁，经常因为一些小事跟家里人发脾气。”“我现在老是胡思乱想，比如生完孩子会不会有很多妊娠纹？有了宝宝，家里是不是就对我没有以前好了？生宝宝到底是剖宫产好还是顺产好？孩子生下来之后，我是不是就没办法继续工作实现我自己的价值了……”刘女士说，其实，家人对她都挺好，但她就是各种担心，经常莫名其妙的感觉害怕，还容易心慌、出汗，夜里翻来翻去睡不着觉。

交谈中，心理医生发现刘女士有明显的焦虑情绪。而像她这样的情况，在心理门诊非常常见。

焦虑障碍是一种常见的精神疾病，目前病因尚不明确，考虑与遗传、环境和心理因素等多种因素相关，临床上常见的有广泛性焦虑障碍、惊恐障碍等。

广泛性焦虑障碍，指缓慢、持久的焦虑，主要是对生活中很多事情担忧、烦恼，感到烦躁，坐卧不安，对人、对事过于敏感，常常发脾气。由于内在的不安，常常会导致身体上各种不舒适的感觉，比如心悸、胸闷、口干、发抖、出冷汗、头痛等。广泛性焦虑障碍常被患者及其亲友认为是个性问题，或以为患了严重的躯体疾病而反复检查。

惊恐障碍是一种急骤且反复发作的焦虑，这种焦虑突然出现，很快达到疾病高峰，短时间内能自动缓解。发作时常有精神高度紧张、心跳加快、呼吸急促、肌肉紧绷、出汗等不适感。惊恐发作时，往往感觉非常痛苦，有濒死感，异常恐怖，或是感觉自己马上就要失控、发疯而惊慌不已。

焦虑障碍是一种常见的疾病，它并非是患者的弱点和耻辱，当焦虑症状严重到一定程度，可能会超出自我调节的范围，此时需要积极寻求帮助。如果您或身边的人出现焦虑症状，建议尽早寻求专业医生的帮助。

数九严寒防冬病，温阳扶正三九贴

保健医师：周丹 市中西医结合医院(市二院)治未病科主治中医师



杨吉玲 杨冷

“夏病冬防”“冬病冬治”的“三九贴敷”是依据中国医学“春夏养阳、秋冬养阴”“子午流注、适时开穴”的理论，顺应四时特性的一种“内病外治”疗法，是预防和治疗一些慢性虚寒性疾病和季节性发作性疾病的有效措施之一。

通过药物对穴位的刺激，一方面，药物经皮肤和穴位的吸收，随经脉的循行导入脏腑、直达病所，发挥药物的“归经”作用。另一方面，输布于全身，激发周身之经气，振奋人体相应的脏腑功能，疏通表里、沟通经络、促进气血流畅，脏腑安和、阴平阳秘，最大限度地以阳克寒，驱散患者

体内的阴寒之气，将冬病之邪消灭在蛰伏状态，从而达到治愈慢性虚寒性疾病或抑制其复发之目的。

再者，贴敷多采用温热辛散、芳香透络、气味俱厚、祛毒拔邪之品，芳香化浊、醒脾透络、振奋人体阳气，而驱邪外出。此外，贴敷后散出芳香药味，通过鼻窍吸入肺，由肺脏吐故纳新而使药物的气味随血液循环而输布于全身，发挥作用。同时，中药穴位贴敷还能令人体阳气充足，增强冬季抗严寒的能力，减轻发病或者彻底根治原发病。

三九天贴药是三伏天贴药的补充，前者是冬病冬防，重在养阴；后者是冬病夏治，重在养阳。夏养三伏，冬补三九，冬夏共治，阴阳调衡，疗效相得益彰。因此选在三九时节进行穴位贴敷，不仅能够帮助人体抵抗外邪，预防疾病，而且也会对夏天三伏贴的疗效起到加强和巩固的作用。

三九贴适应症如下：

呼吸系统疾病：慢性支气管炎、慢性咳嗽、喘息性支气管炎、肺气肿、支气管哮喘。

风湿骨病：关节痛、骨质增生、滑膜炎、风湿引起的各种颈、肩、腰、腿痛。

儿科疾病：过敏性鼻炎，慢性咽喉炎，咳嗽，反复发作的感冒，消化不良腹泻等。

妇产科疾病：下焦虚寒、宫寒、痛经、带下量多、月经不调等。

消化系统疾病：中焦虚寒、虚寒性胃病、胃肠功能紊乱、慢性结肠炎、虚寒腹泻。

需要注意的是，急性呼吸道感染、发烧期间不能贴敷；皮肤对贴敷药物极度敏感者不宜贴敷；特殊体质及有接触性皮炎等皮肤病以及贴敷穴位局部皮肤有破损的不适宜贴敷；两岁以下的孩子、孕妇、对胶布过敏者要慎用。