

秋季,人易上火,许多人认为牙痛是上火引起的,其实不然,引起牙痛的原因有很多,而且——

牙痛

可能是大病

□ 记者 杨寒冰 通讯员 顾建

俗话说:“牙痛不是病,痛起来要人命。”在大多数人看来,牙痛没有什么大不了的,是“虫牙”或“火牙”在作祟,吃点止痛药或消炎药就好了。

医师孔祥勇说,这种看法是不科学的,牙痛可能是牙有病了,也可能另有原因,引起牙痛的原因,除了牙齿本身的疾病,一些看起来风马牛不相及的病也能与牙痛扯上关系。

拔掉“多事”智齿

引起牙痛的最常见的原因是牙齿本身的疾病,如龋齿、牙髓炎、牙根尖周炎、牙外伤、牙周病以及智齿冠周炎。

说起智齿冠周炎,这是一个很有趣的牙病,是一部分人一生中必然要经历的磨难。20岁左右时,人的最后两颗或四颗牙齿开始萌出,这是人一生中最后长出的器官,它的萌出意味着人的生长发育就要停止了,所以它被称为智齿,也称“立事齿”,“尽头牙”。

有些人长智齿非常痛苦,牙龈发炎肿痛,甚至半边脸都会肿起来。智齿为什么会发炎呢?孔祥勇说,这还得从人类的进化说起,人类由猿猴到人的进化过程中,下巴是逐渐变短的,但牙齿数目却没有减少,先长出来的28颗牙“先入为主”,把牙槽骨占满了,后到的智齿就没有足够的位置可以立身,于是被挤到了一边,所以大多数智齿萌出的时候都是倾斜的,医学

上称作阻生,阻生会破坏相邻的牙齿和组织。

秋季人爱上火,如果口腔卫生不良,很容易引起智齿牙冠周围组织发炎、肿胀和疼痛。遇到这种情况,医生往往建议病人“忍痛割爱”,把阻生的智齿拔掉了事。

面部问题引起牙痛

与牙齿较近的口腔、颈部的病变也会引起牙痛,如口腔、咽部的感染,颌骨的肿瘤、囊肿以及颞颌关节的无菌性炎症、功能紊乱等都会引起牙痛。

值得一提的是,许多人患三叉神经痛,也表现为牙痛。三叉神经,顾名思义,由三个分支,其中的两个分支就分布在上下颌骨区域。

这种病的特点是疼痛突发骤止,异常剧烈,病人往往痛不欲生,有人描述发作的感觉,像锥子在剐肉,令人难以忍受,所以三叉神经痛又被形象地称为“天下第一痛”。

孔祥勇说,有些病人因为难以忍受这样的痛苦,甚至会向医生提出要服用安眠药。目前,治疗这种“牙痛”较好的方法是微血管减压术。

有些牙痛真会要命

在一些情况下,牙痛可能是致命性疾病的病征,其中最重要的是心绞痛。



心绞痛是由心脏自身的营养血管——冠状动脉狭窄或闭塞而引起的疼痛。心绞痛并不像人们想象的那样是“心在痛”,它常常表现为其他部位的疼痛,比如牙痛。

有一个60多岁的牙痛病人,在拔了一颗又一颗牙齿后,仍然不见好转,到最后被确诊为心绞痛。

出现这种现象的原因,首先是因为心脏本身就是个感觉“迟钝”的器官,它往往不能准确地反映出疼痛的位置和性质,其次是老年人随着年龄的增长,大脑及心脏神经纤维逐渐产生了退化性变化,对痛觉的敏感度降低,定位不准,以至心绞痛的部位可以在胸部,也可到下颌骨、牙齿。医学上把由于心脏原因引起的牙痛,称之为心源性牙痛。

孔祥勇提醒,心绞痛是一个危险的信号,患者要及时被送往医院就诊。即使是典型的心绞痛,疼痛的部位也不一定

在心脏的位置,而是在胸部正中模糊的一片区域,出现压榨性地钝痛,有些疼痛甚者会“伪装”成胃痛、脖子痛、嗓子痛等。

孔祥勇特别提醒:身体肥胖,患有高血压、高血脂、糖尿病等疾病的中老年人,当出现牙痛时一定要多加注意,不要认为仅是牙病而擅自服用止痛药或消炎药,要及时到医院就诊,尤其那些曾患心肌梗死、脑梗死以及动脉血栓的患者,出现不明原因的牙痛时要更加注意,以免贻误病情,错过最佳治疗时机。

牙齿和牙周的疾病不仅和心脏病有关,还和风湿热、慢性肾小球肾炎、慢性胃炎、胃和十二指肠球部溃疡、胃痛、视网膜膜炎、虹膜睫状体炎等许多全身性疾病有关。

牙齿虽小,关联全身,牙痛虽痛在牙身,但原因很多,而且常常隐藏重大疾病。所以,患了牙痛病,千万别大意。

吃得太甜 伤心脏

糖吃得多了,不仅会带来肥胖、患糖尿病等风险,现在有研究发现,它还会增加心脏病的风险。美国《临床内分泌学与代谢杂志》最近刊登的美国加州大学的一项新研究发现,成年人吃糖过多会增加心脏病风险。

美国心脏协会建议,糖只能占每天食物热量的5%。而《2010年美国饮食指南》则建议,糖占每天食物热量的上限为25%。为了研究两种推荐量的差异问题,加州大学研究人员以体重超标或肥胖的48名18岁~40岁成年参与者为对象,测试了占日摄入量总量25%的果糖、高果糖玉米糖浆或葡萄糖3种糖,对心脏病风险因素的影响情况。

新研究的负责人金珀尔·斯坦霍普博士表示,有证据表明吃糖多的人更可能罹患心脏病和糖尿病。最新研究结果发现,连续两周摄入的果糖或高果糖玉米糖浆占每日所需热量25%的成年人,其坏胆固醇、甘油三酯和载脂蛋白-B都有所升高。

生活中很多食物都含糖,而“隐形糖”让我们在不经意间也摄入了很多糖。首都医科大学附属北京同仁医院内分泌科主任杨金奎提醒,猕猴桃吃起来较酸,含糖量却是10%。含糖量9%~13%的水果还有苹果、杏、无花果、橙子、柚子、荔枝等,而柿子、桂圆、香蕉、杨梅、石榴等水果,含糖量超过了14%。还有一种“隐形糖”是在面包、话梅、酸奶和调味酱里,一定要注意。(格子)



血脂高查查 颈动脉

无症状的颈动脉狭窄是由堆积在动脉里的斑块造成的。如果斑块破碎就有可能堵住大脑的小血管,引起中风。虽然这在中风的患者比例很小,但因为缺乏早期信号,很难发现。

据《神经学》杂志网络版近日报道,奥地利研究人员发现,颈动脉出现“衰减斑块”的人比无这类斑块的人患中风的风险高出6倍多;而既有微小血凝块也有“衰减斑块”的人,患中风的风险则增加10倍多。

研究人员表示,中风风险不高的人可以通过服药缓解病情,中风高风险的人则需要通过手术,清理斑块。此外,高胆固醇、高血压或心脏病患者的中风风险也很高,此类患者可通过超声波检测以决定是否做手术。

(冯阔)

冠心病 不可秋冻



民间有俗语,叫“春捂秋冻”,但对于冠心病病人而言却是大忌。近来,到医院门诊就诊的冠心病患者有所增多,医生特别要提醒,冠心病患者要注意保暖,可别像健康人一样遵循“春捂秋冻”的原则,以防心病复发。

入秋后,昼夜温差加大,气温下降明显,空气变得干燥,人体要进行机能调节以适应这种环境变化。比如人体若遇凉、冷刺激,不仅皮肤及皮下组织血管收缩,血流减慢,血压增高,而且很容易感冒,这些都会诱发心脑血管

血管疾病的发作。因此,请患有心脑血管疾病的中老年人,在这个季节,一定不能嫌麻烦,要根据天气变化,随时增减衣物,还应坚持服用降压、调脂、降糖等药物,并且在剂量上稍加调整,尤其注意由于环境变冷带来的血压轻度升高,避免发生意外。中老年人在饮食上多吃蔬菜、水果,多喝水,避免吸烟、饮酒,少吃肉和蛋类。

还有一点要注意的是,随着气温的下降,人的情绪很容易变得低落、消沉,有脑血管疾病的中老年人,一定要学会自我调

节,合理安排工作和休息,保证充足睡眠,避免过度劳累,适当锻炼,多想想开心的事,多参加一些群体性娱乐活动,如唱歌等,保持心情愉快,避免情绪因素导致宿病复发。

中老年心脑血管疾病患者,以及40岁以上、有心脑血管疾病家族史、高血压病、高血脂症等危险因素者,一旦出现头痛、头晕、肢体麻痹、胸闷、胸痛和气短等症状,不可轻视,应及时到正规医院进行诊治。

(文娟)