

# 一次手术解决两大问题

烟台市口腔医院微创手术巧除阻生牙与上颌窦囊肿



本报讯(YMG全媒体记者 宋晓娜 通讯员 茜玮 姝慧 摄影报道)“拔颗埋伏牙还顺带清了上颌窦里的囊肿,没留疤、恢复快,太省心了!”近日,31岁的张先生在烟台市口腔医院复查时,对治疗效果赞不绝口。

此前,在烟台市口腔医院口腔颌面外科病房,口腔科与耳鼻喉科联合,采用内镜下“经拔牙创入路”的创新术式,为张先生同期拔除阻生牙并清除上颌窦囊肿,达到了“一次手术、双重治愈”的理想效果。

1个月前,张先生在体检拍片时,意外发现上颌存在一颗埋伏阻生牙。虽然平时没有牙痛、面部不适等症状,但为了明确情况,他专程来到烟台市口腔医院就诊。

口腔颌面外科医生为其进行了详细的口腔检查并拍了放射片,结果显示:张先生的牙齿属于埋伏阻生双尖牙,更值得注意的是,他的左侧上颌窦底还长有一个丘状软组织囊肿,且阻生牙的牙根与囊肿底部关系十分密切。

“阻生牙是牙齿萌出过程中因空间不足、遗传、感染等多种因素导致的异位埋伏,而上颌窦囊肿则是上颌窦内常见的良性病变,两者同时出现且位置紧密关联,若不及

时处理,可能会引发囊肿增大、骨质破坏、上颌窦炎等问题。”口腔颌面外科病房主任孙超解释。

针对张先生的情况,口腔科和耳鼻喉科医生一起会诊。传统治疗可能要分两次手术,而且可能会破坏上颌窦前壁,创伤大、恢复慢。

最终,专家团队决定采用“经拔牙创入路”的创新方案,一次手术解决两个问题。手术中,医生先精准拔掉埋伏牙,利用拔牙后形成的天然通道,将内镜伸进去直达囊肿位置,在清晰视野下把囊肿彻底清除,最后做好伤口缝合和保护。整个过程创伤小,还最大限度保护了上颌窦里的正常组织。

术后张先生复查时,伤口已经愈

合得很好,没有任何不适,也没有出现上颌窦炎等问题。拍片显示,上颌窦里的囊肿完全消失。

孙超介绍,这种微创术的好处很明显:不用额外开口,创伤小、恢复快,还能把病变组织清干净。但它不是万能的,只适合“需要拔的埋伏牙和上颌窦囊肿靠得近”的情况。如果囊肿太大,或者埋伏牙位置太高,就需要换其他治疗方式。

孙超提醒,定期做口腔检查很重要,很多像埋伏牙、上颌窦囊肿这样的问题,早期没明显症状,只有通过检查才能发现。早发现、早治疗,才能避免小问题拖成大麻烦。

术后张先生复查时,伤口已经愈



## 冬季进补的“宜”与“忌”

听听中医专家怎么说

俗话说,“冬令进补,来春打虎”,冬季通过饮食调理身体是我国传统的养生方式。小雪节气已至,气温越来越低,如何正确进补以增强体质?中医专家为公众答疑解惑。

“中医提倡‘冬令进补’,其理论源于中医‘天人相应’的整体观。”北京中医药大学东直门医院国际部主任于国泳介绍,冬季万物闭藏,人体阳气内藏,消化系统功能会偏旺盛,此时调养能更好地将营养物质转化为精华之气在体内储存,来年春天精力便会更加旺盛。

江苏省中医药发展研究中心主任医师黄亚博表示,从立冬开始直至立春前夕都适宜进补,北方寒冷地区可适当提前,南方温暖地区可稍作延后,“关键是要在身体状况最佳的时刻开始进补”。

冬令进补并非人人适宜。杭州市中医院老年病科主任医师何迎春说,气虚者和血虚者适宜进补,产后、大病后或手术后体虚者也可通过中医调理调气血、补虚劳,但呼吸道感染、咳嗽、高热处于急性期的人及湿热体质舌苔黄腻者不宜进补。

专家提醒,中医强调辩证施治,进补前应请专业中医师进行体质辨识、综合

评判,给出合理进补方案。

对于老年人和部分女性群体而言,进补也有一些“宜”与“忌”。

“与年轻人相比,老年人往往多个脏腑功能减退,伴有很多慢性病,导致他们更容易出现‘虚不受补’的现象。”于国泳说,老年人应“平补”“缓补”,循序渐进,切忌“峻补”“猛补”。

专家介绍,老年人冬令进补应以健脾益气为首要任务,可选用茯苓、山药等平和之品增强脾胃功能,以核桃、枸杞等食材来补益肾精,同时注意气血双补;推荐食用食疗粥,如温补肾阳的核桃粥、益气补虚的羊肉粥,既有营养又易于消化。

此外,部分女性冬天手脚冰凉、面色苍白,何迎春说,这种情况与中医所说的“血虚寒凝”“阳气不足”有关,可食用当归生姜羊肉汤,同时注意腹部、腰部、下肢保暖,每日用40℃左右的水泡脚15至20分钟以温经通络。

除了食补,服用膏方也是冬季进补的一个传统方法。国

家中医药管理局中西医结合与少数民族医药司副司长欧阳波介绍,膏方在我国应用已有千余年历史,具有因人制宜、处方灵活、服用方便、兼具治疗与预防功能等特点。

“膏方本质是依据个人体质和证候的特点量身定制的大型复方制剂。”黄亚博说,膏方适合需要长期调理的慢性病患者和亚健康人群,但必须由经验丰富的中医师进行全面诊察后开具,且遵循动态调整的原则,不可一方连用多年。

据新华社



## 研究人员破解血液中的人体分子通信系统

细胞外囊泡(EV)是人血浆中一类重要的信号载体,与健康和疾病密切相关。澳大利亚研究人员近日宣布成功分离EV,相当于破解了人体的分子通信系统。

数十年来,科学家早已知悉EV的存在,它们运输蛋白质、脂质与遗传物质,可反映其来源细胞的健康状况。然而,血液成分极其复杂,充满胆固醇、抗体及其他颗粒。因此,分离EV一直是科学界最棘手的挑战之一。

澳大利亚贝克心脏与糖尿病研究所领导的这项研究采用高分辨率密度梯度离心法,分离了140余份人血浆样本中的循环EV,并利用质谱技术系统性地构建其定量蛋白组(4500种蛋白)与脂质组(829种脂质)图谱。

研究人员识别出构成人血浆EV核心结构的182种蛋白质和52种脂质,并进一步找出另一组可将EV与血液中其他颗粒区分开的分子标记,相当于破解了人体的分子通信系统。

为了让全球研究者都能使用这一发现,研究团队还开发了免费、交互式的在线共享资源,供科学家探索血液EV的分子组成。

研究人员说,这些囊泡就像细胞间互寄的微型信封,传递着体内正在发生的事情的分子级“快讯”,此前一直无法真正拆开它们并读取里面的信息。通过破译这种分子语言,研究人员能开始阅读身体自带的“健康报告”,比如已经发现与早期心脏病相关的EV特征,这有望促成简单的血液检测,让人们在症状出现之前很早就预测风险。

研究相关论文已发表在英国《自然·细胞生物学》杂志上。

据新华社

## 孕期肠道菌群与产后肥胖相关

芬兰图尔库大学一项新研究显示,女性孕期肠道微生物群状况与产后体脂含量及体重变化存在相关性。孕期肠道微生物多样性较低的女性产后肥胖概率往往更高。

研究结果显示,孕期肠道微生物群与产后超重和肥胖之间存在多方面关联,这些关联在产后一至两年时尤为明显。那些在产后一年内仍保持正常体重的女性,孕期肠道中往往含有更多丹毒丝菌科细菌。瘤胃球菌属和梭菌属等细菌的存在情况也与产后两年内体重是否超标有关。

此外,研究团队还发现,基于宏基因组数据推断出的肠道微生物“功能画像”,对产后一年女性的体重指数和体脂百分比具有一定预测能力。

公报称,随着全球肥胖率持续攀升,超重和肥胖问题正影响越来越多育龄女性。据估算,目前几乎每两名孕妇就有一人存在超重或肥胖情况,孕期肥胖会在妊娠期间及产后增加母亲和胎儿的健康风险。

据新华社