

6万多元货款该找谁要?

要求在遗产范围内对债务承担责任

咬口苹果牙龈出血,可能是牙周病

有的市民咬了一口苹果就牙龈出血,以为是“着急上火”。其实不然。

开源社区的李女士今年56岁,吃苹果时发现苹果上有血丝,便到活动现场向烟台市口腔医院专家咨询。李女士说:“我两年前就出现这个问题了,咬苹果和梨经常会出现牙龈出血的情况,这是不是着急上火导致的?”医生了解到,李女士左侧上面的后槽牙刷牙时也经常出血。李女士每次上火,牙龈一碰就出血,吃点儿药能好。她一直用防止出血的牙膏,但是过段时间就复发,现在越来越严重。

烟台市口腔医院牙周科主治医师王晓彤解释,牙龈出血的“凶手”是牙周病。牙周病是以慢性牙周炎为代表的一大类常见慢性病。《第四次全国口腔健康流行病学调查》显示,我国成年人的牙周病患病率高达八九成。王晓彤说:“牙周病早期不会出现要命的牙疼,很长时间只是牙床的颜色和质地发生一点儿变化,刷牙时出现血丝。你觉得没啥大事儿,其实牙龈已经处于一种不健康的状态了。”牙龈为啥会出血?牙龈受到细菌感染引起炎症

反应,导致牙龈局部血管扩张、充血。牙龈若受到外部刺激,如剔牙、大力刷牙等,也可能破裂出血。

那么,如何守护牙龈健康?王晓彤说,牙龈容易出血的位置,往往意味着周围藏匿着大量牙菌斑和牙结石。最重要的就是好好清洁牙齿。只要日常清洁牙齿到位,牙菌斑与牙结石得到及时清理,牙龈发炎的概率自然会大大降低。日常清洁牙齿主要靠洗牙和刷牙。牙菌斑日积月累形成牙结石,牢牢地附着在牙齿上伤害牙龈,牙医用专业工具才可以除掉,也就是洗牙。定期洗牙,不仅可以有效去除牙菌斑、牙结石,而且可以在一定程度上起到预防牙结石的作用。

王晓彤提醒市民,刷牙时千万不能因为出血就轻轻刷或者不刷,这样只会让局部牙龈炎症加剧。久而久之,蛀牙、牙周炎等大问题可能就要找上门了。市民若出现刷牙出血、咬硬物出血、吸吮出血等症状,不要自行使用消炎药或含有止血剂的牙膏,向专科医院医生寻求帮助才是明智之举。



心脏病患者要保持良好心态

烟台老年病医院派出了两名工作人员,为市民免费测量血压、血糖,对健康问题一一详解。

76岁的张先生患有心脏病,平时脾气比较急躁,有时出现呼吸急促、头晕、心悸等症状。他咨询,有没有什么方法可以缓解心脏问题?

工作人员耐心解释,长期精神紧张、

焦虑、抑郁等不良情绪会影响人体的神经内分泌系统,导致血压波动、心率失常等,进而增加心脑血管疾病发生的风险。因此,中老年人平时要学会调整心态,保持乐观、积极的情绪。在紧张的工作和生活之余,可以通过听音乐、看电影、读书、旅游等方式放松身心,缓解压力。也可以培养兴趣爱好:如绘画、书

法、摄影、钓鱼等,将注意力转移到自己喜欢的事情上,既能丰富生活,又能有效调节情绪。

定期体检是早期发现心脑血管疾病危险因素的重要手段。通过体检,市民可以了解自己的血压、血脂、血糖水平以及心脏、血管的健康状况,及时发现潜在的问题并采取相应的预防措施。



家政服务有求必应

多位市民因家政方面的小烦恼向“老于”求助,参加活动的各单位工作人员和志愿者各显神通,很快帮他们解除了这些小烦恼。

上午9点,市民小郑到现场寻求家政服务。小郑说,再过3周妻子就到预产期了。小两口是外地人,双方父母也不在烟台。小郑希望,一方面,通过“老于帮办”找个靠谱的月嫂,另一方面,联系专业的育婴师,待宝宝满月后照顾宝宝。恒誉家政工

作人员很快帮小郑找到了合适的月嫂。工作人员表示,等宝宝快满月时,再帮他联系育婴师。

家住幸芝里的路先生遇到了一件麻烦事。家里的热水器用了6年,他洗澡时发现,热水器流出来的水有时候带水垢,想找专业人士清洗,却无法联系到该品牌经销商。听说“老于帮办”进社区为百姓提供家政服务,路先生特意到现场求助。“老于”很快联系了专业人员,当天下午就帮路先生

清洗了热水器内胆。

此外,幸福中路顾女士家里洗澡用的冷热水管阀门芯坏了,幸福南街周先生所在居民楼的防盗门坏了。工作人员和志愿者很快帮他们联系了维修师傅。杨先生家的电视机噪音很大,图像不稳定,想找专业技术人员维修。杨先生的邻居吴女士则想为年迈的母亲找个放心的保姆。工作人员第一时间为他们联系。几位市民的问题当场解决,高高兴兴地离开了活动现场。



本周六相约黄务街道



从上午9点到11点半,“老于”团队累计接待市民617人次。在市民提出的各类问题中,法律问题15件、健康问题297件、生活和家政问题226件、其他问题79件。这些问题绝大多数当场解决,对于少部分暂未解决的难题,栏目记者和工作人员正在抓紧联系相关部门,争取早日给市民一个合理的答复。

11月2日(本周六),“老于帮办”进社

区活动第366站将走进芝罘区黄务街道,活动地址在通世南路和卧龙北路交会处的山水龙城风情商业街。

今后,“老于帮办”进社区活动,还将在市区各街道各社区陆续开展。如果您希望“老于”来到您所在的社区,您对晚报“老于帮办”栏目有哪些意见和建议,您想得到哪些帮助,可以拨打6601234或18663826865联系我们。

老于帮办 烟台晚报
电话: 18663826865