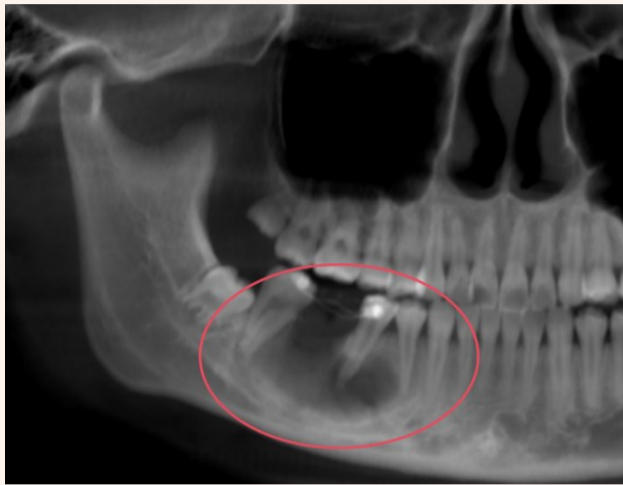


17岁女孩下颌惊现“空洞”

确诊良性囊肿,经烟台市口腔医院治疗后骨肉重生



本报讯(YMG全媒体记者 宋晓娜 通讯员 茜玮 姝慧 摄影报道)一年前,17岁的高中生莉莉感觉右下后牙区按压时有不适感。尽管牙齿本身并不疼痛,出于谨慎,她还是决定检查一下。

X光片的检查结果令莉莉颇为意外。影像显示其右下颌骨内存在一个明显的低密度阴影,医生建议尽快手术处理。带着这份担忧,莉莉来到了烟台市口腔医院。

经过详细检查,医生发现她的面部外形对称,口腔内右下后牙区域外观正常,没有红肿或溢脓。然而,进一步拍摄的曲面断层片却揭示了问题的严重性:影像显示她右下颌骨内存在一个约30*12*15毫米的椭圆形囊性病变,边界清晰,这个囊肿已经累及多颗牙齿的根尖区域,并且紧贴下颌神经管上壁。

神经管上壁。

面对这个紧邻重要神经的颌骨囊肿,医疗团队制定了精细的微创手术方案。在全麻下,医生为她施行了“右下颌骨囊肿开窗减压术”,同时拔除了已受影响的牙齿。手术顺利,术后病理检查确诊为“右下颌骨良性囊肿”。

令人欣慰的是,莉莉术后恢复良好,没有出现下唇麻木等神经损伤症状。经过一年的定期随访复查,最新的X光片显示她下颌骨缺损区域已经实现了良好的骨质再生,为后续的种植牙修复奠定了坚实基础。

那什么是颌骨囊肿?烟台市口腔医院专家介绍,在口腔颌面外科,颌骨囊肿是一种常见疾病,发病率仅次于阻生智齿。这种疾病在早期往往没有明显症状,很多患者都是在例行口腔检查中偶然发现。随着囊肿缓慢增大,才可能出现面部膨隆、牙齿松动、感觉麻木等症状。

对于颌骨囊肿,微创手术有着明显优势。专家介绍,传统的囊肿刮治术虽然有效,但对于范围较大的囊肿,手术创伤大、出血多,还可能增加损伤神经和发生骨折的风险。而“开窗减压术”作为一种微创治疗方法,通过在囊肿与口腔之间建立一个小通道,持续释放囊内压力,为周围骨质再生创造空间。这种方法创伤小、恢复快,特别适合青少年患者。

需要特别注意的是,虽然大多数颌骨囊肿属于良性

病变,预后良好,但仍有少数类型(如牙源性角化囊肿)具有复发倾向。因此,术后的病理诊断和长期定期随访复查至关重要,能够确保治疗效果,及时发现并处理可能的问题。

烟台市口腔医院专家提醒,定期口腔检查是早期发现颌骨囊肿的关键。如果青少年出现不明原因的面部肿胀、牙齿不适或感觉异常,应及时到正规的医疗机构就诊,通过专业的影像学检查明确诊断,选择合适的治疗方案。



湿着头发睡觉会加重皮肤病

有的人因为洗头时间晚,懒得再用吹风机吹干,经常湿着头发入睡,但这种习惯会给身体带来损伤。

南京市中医院脑病科主任医师王敬卿表示,湿着头发睡觉容易侵袭头面部的肌表经脉,诱发偏头痛。首都医科大学附属北京中医医院皮肤科副主任医师朱慧婷表示,长期湿发入睡会加重皮肤病。若本身有脂溢性皮炎、湿疹、头癣等,存在头皮发炎、局部皮肤屏障破坏的情况,湿发睡觉可能导致病菌繁殖,由破损的皮肤入侵,这种情况下易诱发感染。

湿发入睡对身体的危害是长时间积累导致的。如果只是偶尔一两两,问题不会太大。但如果是本身就有严重的内湿、体质较弱的人,尤其是头发较长的女性,易发生中风、头晕、头痛等症状的老年人,就一定要注意了。

据人民网

糖尿病前期“逆转”血糖可降低心血管疾病风险

一项最新国际研究发现,糖尿病前期人群通过改变生活方式使血糖恢复到正常范围后,他们发生心肌梗死、心力衰竭及过早死亡的风险可降低约一半。

来自中国、美国、德国等多国机构的研究人员分析了美国和中国各自开展的糖尿病预防研究的数据。研究共纳入近3000名糖尿病前期患者,并分别进行了约20年和30年的追踪随访。

分析结果显示,在体重减轻幅度相似的情况下,血糖成功恢复正常的患者,他们因心血管疾病死亡及因心力衰竭住院的风险显著低于血糖持续偏高者。总体而言,通过早期干预血糖恢复正常的患者,他们的心血管疾病死亡风险降低了约50%,总体死亡率也明显下降。

据新华社

靠墙站立能调节和矫正脊柱

别小看靠墙站立这件事儿,其实它是一项“长寿运动”!比散步还简单,强身健体还不花一分钱。

饭后坐着躺着,不但影响消化,还会长出小肚腩。饭后靠墙站,有助于消化,还能减肥。刚开始可以站5分钟,慢慢延长时间至10~15分钟。站立时注意穿平底鞋。

靠墙站立可以锻炼全身肌肉,消耗更多热量,在紧实身材的同时,达到减肥和减脂的效果。

靠墙站立时,颈椎和腰椎能保持自然的正常生理曲度,不至于因颈椎前屈和腰椎前屈,而导致颈椎和腰椎的椎间盘压迫,能够对脊柱有一定的调节和矫正作用。

老人经常靠墙站,可以保护脊柱,减少骨折的发生。站立时一定要双肩放松,挺胸收腹。据人民网

冬季皮肤干红痒“闹情绪”

医生支招精准应对

进入冬季,空气变得愈发干燥,不少人容易被皮肤红肿、瘙痒等问题困扰。医生提醒,一些患者由于难以准确区分湿疹、荨麻疹等疾病症状,盲目进行护理,反而使不适感加剧。换季时皮肤问题频发,主要与皮肤屏障功能受损和外界刺激密切相关,若自我判断症状并用药后效果不佳,应及时就医。

“通过观察症状和持续时间,可以初步辨识常见的皮肤问题。”银川市中医医院副院长、副主任医师雷鸣说,若患有湿疹,通常在小腿、手肘等部位会对称出现红斑和丘疹,严重时伴有渗液,瘙痒反复发作,且抓挠后症状加剧,如果病情持续较长时间,皮肤可能会变厚;接触性皮炎一般有明确诱因,比如更

换护肤品或佩戴首饰,其症状主要局限在接触部位,除了瘙痒外,还可能伴有灼热感,一旦避开过敏原,症状会逐渐缓解。另外,荨麻疹患者会出现明显的风团,即大小、形态不一的红色或粉红色水肿性隆起斑块,并伴有剧烈瘙痒,不过风团通常在出现后的24小时内会自行消退。

部分皮肤疾病需警惕急症信号。医生提醒,荨麻疹患者可能会出现全身严重过敏反应的征象,比如呼吸困难、喉咙发紧、嘴唇、舌头或面部迅速肿胀,头晕、心跳加速、血压下降、恶心呕吐、剧烈腹痛等,必须立即就近诊疗。此外,若皮肤红肿瘙痒持续一周未缓解、影响睡眠,或出现破溃感染,也应及时

就医。

应对皮肤问题的核心在于“保湿修护”。医生建议,对于老年人或皮肤干燥者,在冬季应降低洗澡频率,水温不宜过高;使用中性或弱酸性、不含皂基的沐浴露和洗面奶,避免强力摩擦皮肤;尽量缩短洗澡时间,浴后应及时涂抹保湿霜;室内可使用加湿器保持湿度,穿着纯棉衣物减少对皮肤的刺激。

雷鸣说,针对荨麻疹等皮肤疾病,患者可以通过口服中药、中医理疗等内外治法调理体质,虽需坚持较长时间,但能有效降低疾病复发率。同时,在饮食上可多摄入富含维生素C和维生素E的食物,适量补充水分,帮助脆弱皮肤安稳过冬。

据新华社

