防治妊娠期牙龈瘤，听专家来支招

适龄妇女准备要宝宝时，建议进行牙周或者口腔全面检查

滨州日报/滨州网记者 葛肇敏 通讯员 张莹莹

部分怀孕期的妇女，自怀孕2—3个月开始，会出现牙龈瘤样增生。牙龈瘤会通过垂直传播感染胎儿，给产妇带来极大困扰。

那么，妊娠期牙龈瘤的诱发因素有哪些？最佳治疗时机是什么时候？需要如何进行预防？对此，记者采访了滨医附院口腔内科副主任医师刘汝兵，请他来进行解答。

菌斑和不良的刷牙习惯，是导致牙龈炎症的“罪魁祸首”

最近，刘汝兵刚刚接诊了一名患者，该患者在怀孕6个月的时候，出现了牙龈红肿出血、外形似肿瘤状的症状。经过积极治疗、干预和护理，该患者的牙龈炎症得到明显改善。而这名患者的症状，就是所谓的妊娠期牙龈瘤典型症状。

“妊娠期牙龈瘤主要指适龄期女性在妊娠期间，原有的牙龈炎症逐渐加重，随着激素水平尤其是黄体酮的逐渐增高，牙龈的炎症从妊娠期的第二个月逐渐开始发展，出现了牙龈的红肿、出血，慢慢出现牙龈乳头的增生肥大，从而出现了妊娠期的牙龈瘤，这往往给患者带来较大的担心和焦虑。”刘汝兵说。

妊娠期牙龈瘤的病因，有多重诱发因素。其中，菌斑是导致牙龈炎症的罪魁祸首。“当菌斑存在时，前牙区如果有不良修复体、修复体悬突，或者有不良的假牙、活动牙时，会导致女性在妊娠期第二个月出现炎症逐渐加重、牙龈红肿的症状。牙龈会从粉红色慢慢变成鲜红色、暗红色，牙龈逐渐肥大增生，质地变得松软、脆弱。”刘汝兵说。而随着女性妊娠期黄体酮激素水平的不断升高，到妊娠期第8个月，可能出现单个或多个牙龈乳头的肥大增生，有的体积能增大到大枣、核桃大小，甚至更大，最终影响患者的进食、睡眠，进而影响宝宝的健康发育。

而另一个因素，是不良的刷牙习惯。有些患者的刷牙力量过大、牙刷刷毛选择过硬等，都会加快女性妊娠期牙龈瘤的发展速度和进展程度。

治疗妊娠期牙龈瘤尽量选择妊娠期4—6个月期间，局部冲洗、上药即可缓解

妊娠期牙龈瘤最为直观的临床表现，是患者整个牙龈出现充血状态，患者往往牙龈出血不止。随着妊娠期牙龈瘤继续发展，会导致牙齿的移位、松动，对患者牙齿的健康、美观带来很大影响。此外，随着妊娠期牙龈瘤的继续发展，会导致牙槽骨吸收症状。当出现牙槽骨吸收症状时，牙齿会进一步松动，进一步导致牙齿的缺失、脱落等情况。

刘汝兵提出，治疗妊娠期牙龈瘤需要注重时机的选择，并非拖到后期治疗就会更简单。“治疗时机越延误，治疗的复杂程度越高，甚至可能会影响宝宝的健康发育。”刘汝兵说。

在妊娠期牙龈瘤的治疗过程中，患者治疗应尽量选择在妊娠期4—6个月这个时间段。首先要去除局部的刺激因素，这些刺激因素包括菌斑、结石、软垢、食物嵌塞、不良的修复体等。通过局部洁治和冲洗、上药等治疗措施，可以缓解妊娠期牙龈瘤症状，从而减缓牙龈瘤发展速度。当牙龈瘤增大到体积非常大，影响到患者进食、睡眠时，需要进行手术治疗，把增生的牙龈瘤切除。如果患者已经到妊娠期7—8个月，应选择相对保守的治疗方案，防止妊娠期牙龈瘤给宝宝健康带来更大的影响。

刘汝兵建议，适龄妇女准备要宝宝时，要进行牙周或者口腔全面检查，来预防牙龈的炎症，以防止后期出现妊娠期牙龈瘤。同时，还要进一步掌握科学的口腔卫生知识，学会科学正确地刷牙，选用合适的牙线间隙刷、牙缝刷以及冲牙器等，从而更好地保持口腔卫生。

“信用”能当“押金”用 患者就医负担轻

市人民医院在全省率先实施“信用就医”惠民服务新模式，切实为患者提供便利、减轻负担

滨州日报/滨州网记者 门春晓 通讯员 赵岩

今年1月，滨州市人民医院在全省率先实施了基于信用就医为基础的“先诊疗后付费、住院免押金”惠民服务新模式，运行半年多来切实减轻了部分群众的垫资压力和费用负担。那么，如果就诊患者想体验“免押金”住院，该怎样走流程呢？对此，记者采访了市人民医院财务科工作人员袁晨雨，请她进行解答。

袁晨雨介绍，想体验住院免押金就医服务的患者，可以随时随地从手机上进行信用额度申请签约，也可到院后进行现场签约。18周岁至60周岁的参保人员都可以申请，授权银行会根据申请人的个人征信及参保信息，即时向申请人在线实时发放5000元至20000元不等的惠民就医额度，家里的老人、孩子也可以共享额度，签约一次即可，以后每次住院无需重复签约。

线上操作：申请人关注“滨州市人民医院”公众号后，在右下角的服务平台点击“信用就医”，即可进入“智慧医疗签约”界面，之后填写好个人信息、查看个人信息授权书后完成登录；登录后，申请人进行人脸验证后，点击第二页蓝色标签卡的“去签约”即可申请，之后需上传身份证明正反面、填写职业和联系方式，就可以完成签约了。

线下操作：患者到医院就诊时，经评估需要住院治疗的，医生会为患者开具电子住院票。患者也可以扫描诊室陈列的信用就医二维码，在医院工作人员的指导下进行扫码签约。

信用就医患者到护士站办理入院手续时，使用信用就医额度就能直接入院，无需缴纳押金；同时，住院期间可根据需要及额度情况二次使用信用额度。诊疗期间发生的医疗费用，由信用额度和医院配套开通的“绿色通道”来进行垫付，患者在诊疗期间基本无需为缴费奔波。

信用就医患者康复出院时，在护士站进行床旁结算，医保报销后的个人自付费用可使用医保个账、信用额度等多种方式结算。办理出院手续后，信用就医患者就可登录信用就医签约界面进行还款，免息期为59天，超过59天后，系统会自动转为带息分期还款。

滨医附院开通“绿色通道”

31分钟让突发脑梗的7旬老人转危为安

滨州日报/滨州网讯（记者 葛肇敏 通讯员 张莹莹 报道）近日，75岁的王大娘陪同老伴到滨医附院神经内科门诊就诊，但就诊完成后，当王大娘和老伴在一楼药房等待取药时，她突然出现左侧肢体及面部麻木不适的症状，伴有右手、右腿无力，站立不稳、行走困难。

两位老人立即向门诊预检台的医护人员寻求帮助。在简单询问患者情况后，医护人员考虑患者得了“脑血管病”，便立刻引导患者返回神经内科门诊诊室。医师了解情况后，第一时间为王大娘进行诊治，并即刻为其开通“绿色通道”——安排其至卒中门诊，启动卒中规范诊疗。自王大娘发病到启动卒中规范诊疗，仅耗时15分钟。

在王大娘被送至卒中门诊后，值班医师在13分钟内便安排患者完成了头颅CT、CTA、血常规等一系列相关检查，诊断为“脑梗死”。医师立即向王大娘的家属交代病情，并取得家属同意，于3分钟后为其实施了阿替普酶静脉溶栓治疗。溶栓过程非常顺剂，无并发症出现。溶栓结束后，王大娘左侧肢体及面部麻木无力的症状得到明显改善。从王大娘发病到症状明显改善，全程仅用时31分钟。

为进一步明确王大娘本次发病的危险因素，并给予相应的二次预防治疗，医生安排其转入神经内科三病区。入院后，医护人员对王大娘进一步进行相应指标检查，发现其存在高血压病、高脂血症、脑动脉狭窄等脑血管病高危因素，遂给予其抗血小板、改善循环、调脂降压及对症治疗。王大娘入院治疗2天后，左侧肢体及面部麻木无力症状完全缓解。

回顾王大娘自发病至病情缓解的整个过程，一方面反映了滨医附院医护人员争分夺秒帮助患者战胜病魔的专业素养的医者情怀，另一方面也证明了“治疗黄金时间”对于治愈“脑梗死”患者的重要性。

“脑梗死”是脑卒中的其中一种。近年来，脑卒中已成为中国死亡率排名第一的疾病，分为缺血性脑卒中和出血性脑卒中两种类型，具有高发病率、高死亡率的特点，发病群体呈年轻化趋势，对社会、家庭的危害极大。

“对于王大娘这类患者，我们有非常完善的院内卒中处置流程。”滨医附院神经内科主任医师鹿树军说，“目前最有效的治疗措施就是静脉溶栓，但是静脉溶栓有治疗时间的要求，时间窗一般在发病后四个半小时之内。所以及早发现、尽快就诊是重中之重。”

那么，我们在日常如何分辨身边的人突患脑卒中呢？鹿树军介绍，通常有“FAST”和“120”两种方式。其中，“FAST”（face、arms、speech、time）即观察患者是否出现面瘫、口角歪斜情况，观察患者有无肢体无力，观察患者有无言语困难，如有症状患者需及时拨打120。在我国，对应的识别方式是“120”。“1”是一张脸，观察患者面部是否出现口角歪斜；“2”是两只手臂，指观察患者两只手有无肢体无力情况；“0”为聆听语音，判断患者是否出现言语困难。“如果患者有其中一项出现问题，就应及时拨打120就诊，医生会快速鉴别患者是否为脑卒中，并根据患者指征来给予溶栓治疗。”鹿树军说。

疾病预防早知道 健康生活我帮您

洪涝灾害后，如何做好村落和场所环境卫生？

卫生清理对象

贮粪构筑物：主要包括各类厕所、化粪池、沼气池、畜禽饲养场（圈）、田间积肥使用的粪池（坑）。

污水、垃圾收集与处理设施：主要包括排水管道、污水池、污泥处理场、垃圾暂存场所、垃圾填埋场、医疗废物处理厂。

重点场所：主要包括村落和社区等为公众提供服务的场所，商场、超市、旅店、游泳场所、影剧院、图书馆、健身场所等公共场所，交通工具，医疗卫生机构工作区、兽医站、牲畜交易场所、屠宰场等。

动物尸体：主要包括家畜、家禽、特种养殖动物和野生动物等。

卫生清理技术要求

贮粪构筑物：粪便处理——应将可清掏贮粪构筑物内的粪便清掏后加等量生石灰，或按1千克/平方米撒布有效氯含量大于20%的漂白粉混匀消毒后清除；不可清掏贮粪构筑物内的粪便按10:1（体积比）加漂白粉进行消毒处理，混合2小时后清除。处理后的粪便应符合GB 7959—2012《粪便无害化卫生要求》的要求。废弃池坑的处理——用生石灰或漂白粉按1千克/平方米撒布、浇湿后，用农田土壤或建筑渣土填平、压实。

污水、垃圾收集与处理设施：固定的污水、垃圾收集与处理设施应进行清淤后消毒处理，消毒方法的选择可视具体情况参照《消毒技术规范》执行。医院垃圾应按《医疗废物管理条例》要求执行。

重点场所

村落和社区等为公众提供服务的场所。对被洪水淹没过的村落和社区等为公众提供服务的场所进行彻底的清污，清理完成后，再进行消毒处理。墙壁、地面可采用有效氯500毫克/升的含氯消毒剂溶液进行喷洒或擦拭消毒，作用时间30分钟。

地铁站、商场、超市等公共场所。对被洪水淹没过的商场、超市、旅店、游泳场所、影剧院、图书馆、健身场所等公共场所，应先清理、后消毒。室内物体表面、墙壁、地面可采用有效氯500毫克/升的含氯消毒剂溶液进行喷洒或擦拭消毒，作用时间30分钟。应加强室内空气流通，以自然通风为主，通风不良的场所可采用机械通风。

交通工具。地铁、公交车等交通工具清污后，对交通工具内部物体表面（如车身内壁、司机方向盘、车内扶手、桌椅等）采用有效氯500毫克/升的含氯消毒剂溶液或采用1000毫克/升季铵盐类消毒剂喷洒或擦拭，作用时间30分钟，消毒后再用清水擦拭干净。座位套等织物可按一般生活垃圾处理；如需保留，应及时清洗、消毒。织物消毒可使用流通蒸汽或煮沸消毒30分钟，或先用有效氯500毫克/升的含氯消毒剂溶液浸泡30分钟，然后常规清洗。

医疗卫生机构工作区等场所。清淤后的医疗卫生机构工作区、兽医站、牲畜交易场所、屠宰场的地面和墙壁表面，可采用有效氯500毫克/升的含氯消毒剂溶液进行喷洒或擦拭消毒，作用时间30分钟。

运送外伤性伤员、遇难者遗体的车辆和工具。运送外伤性伤员、遇难者遗体的车辆和工具被血液、体液等污染的部位，可采用有效氯1000毫克/升—2000毫克/升的含氯消毒剂溶液喷洒，作用时间30分钟—60分钟。如遇较大量血液、体液等污染的情况，应先采用有效氯5000毫克/升—10000毫克/升的含氯消毒剂溶液去除污染后再用前法处理。

动物尸体

对环境清理中清出的新鲜动物尸体应尽快深埋或火化，对已经发臭的动物尸体，可用有效氯5000毫克/升—10000毫克/升的含氯消毒剂溶液喷洒尸体及周围环境，去除臭味并消毒，然后再深埋处理或火化。尸体清理后需要对其场所进行消毒处理，可选用有效氯1000毫克/升—2000毫克/升的含氯消毒剂溶液喷洒，作用时间30分钟—60分钟。

动物尸体深埋的场所应由当地政府指定，不得随意乱埋。地点应选择远离水源及居民点的地方，选择人口密集区的下风向。挖土坑深2米以上，在坑底撒漂白粉或生石灰，把动物尸体投入坑内，再用漂白粉按20克/平方米—40克/平方米撒盖于动物尸体上，一层尸体一层漂白粉，然后覆土掩埋压实。

运送动物尸体的交通工具可采用有效氯1000毫克/升—2000毫克/升的含氯消毒剂溶液，或其他有效的消毒剂溶液喷洒，作用时间30分钟—60分钟。如遇较大量体液等污染的情况，应先采用有效氯5000毫克/升—10000毫克/升的含氯消毒剂溶液去污染后再用前法处理。车辆、工具每次使用后消毒。

（稿件来源：滨城疾控官微）

冬病夏治 “贴”出健康

滨州日报/滨州网滨州讯（通讯员 张颖 余雪真 报道）近年来，以“冬病夏治、春夏养阳”为特点的“三伏贴”越来越受到人们的认可。那什么是穴位贴敷治疗？穴位贴敷能治疗哪些病症？

市人民医院康复医学科专家介绍，穴位贴敷治疗源于古老的中医经络学理论，是一种无创痛、无副作用的自然疗法。该方法通过将药物研成细末，用水、醋、酒、蛋清、蜂蜜等调成糊状，或制成软膏、丸剂、饼剂等，直接贴敷于人体的特定穴位上，以刺激穴位、调理气血、平衡阴阳，从而达到治疗疾病的目的。

冬病夏治三伏贴可用于治疗以下病症：中医辨证为“虚、寒、湿、淤”等证的疾病（一般冬季容易发生、发作或加重的病症），如过敏性哮喘、慢性支气管炎、慢性鼻炎、过敏性鼻炎等呼吸系统慢性疾病，慢性胃肠道疾病，颈肩腰腿痛等。中医辨证临床常见慢性难治性疾病治疗：坠积性肺炎的咳嗽痰多、小儿痰热咳嗽、慢性腹泻等。阳虚体质的亚健康人群，表现为畏寒肢冷、容易反复感冒、免疫力低下等。

近年来，穴位贴敷治疗等中医传统疗法，以其独特的优势在临床中得到了广泛应用。市人民医院康复医学科自2023年开始积极推行三伏贴敷治疗，治疗人群已达百人，主要针对冬季容易发生、发作或加重的虚寒性、阳气不足病症，如过敏性哮喘、慢支、慢性咳嗽、肺气肿、慢性鼻炎、过敏性鼻炎等。

目前，市人民医院康复医学科团队在进行“穴位贴敷+中药熏蒸+针刺”中医联合外治课题攻坚，致力让“简、便、效、廉”的中医外治法在难治疾病中发挥重要作用，入组治疗人群已达400余人。其中，针对长期卧床坠积性肺炎中医辨证为“脾肾阳虚，痰湿雍肺”的康复患者进行穴位贴敷治疗，取得满意效果。