

李水根:刷牙正确治疗事半功倍



李水根 厦门医学院附属口腔医院(以下简称“市口腔医院”)专家门诊部主任,武汉大学口腔医学院口腔种植修复学博士,中华口腔医学会口腔材料专委会委员,福建省口腔医学会种植专委会常务委员,福建省口腔医学会种植专委会委员,厦门市口腔医学会副会长,人民卫生出版社规划教材《口腔固定修复工艺学》主编。擅长微创口腔种植手术、上颌窦外提升术、前牙即刻种植即刻修复、前牙美学种植修复、无牙颌的全口种植固定义齿修复重建、牙周病患者的种植修复、复杂种植并发症的处理。

晨报记者 黄伊娜

面对镜头,李水根显得有些紧张。他说自己是处女座,有点“完美主义”,希望把最好的一面展示给读者——正如他面对患者时一样。

严谨的处女座医生

每天上午8点,市口腔医院专家门诊部主任医师李水根到医院上班。他要做的第一件事,就是用消毒巾把自己诊室里的诊桌、牙椅都仔仔细细地擦拭一遍。这个习惯,从医二十四年来,他一直保持着。

1989年,李水根怀着对医学的憧憬之心踏入了华西医科大学(现四川大学)。在他看来,医学充满了奥妙与挑战,值得人去不断探索。因此,在毕业工作十年后,他考取了福建医科大学研究生,又在二不惑之年攻读了武汉大学博士学位。在他看来,“从医路就是一个不断学习的漫长过程,医学生要卧薪尝胆、不断积累,才能更好地为患者解决问题。”

处女座的他发挥了那股“吹毛求疵”的严谨,看病讲究“循

证”。他在治疗时,总是要仔细询问每一个病人有什么要求、病史和个人习惯,再进行全面的口腔检查,最后才能制定出治疗方案。而制定出的方案,一定要给出制定的依据,例如方案有哪些优势、治疗的长期效果如何、是否有其他案例佐证等等。

牙病重在预防

对于前来看牙、种牙的病人,李水根常常说的一句话就是“你先回去刷两星期的牙再来”。从医以来,他接诊过的患者无数,一年要种四五百颗牙。然而这些人当中,很多人种上了牙,却因为没有注意口腔卫生,没过多久又来看诊。这让李水根意识到,教会患者保持口腔卫生比为他们种牙更重要。“如果没有注意口腔卫生,会得种植体周围炎,就像牙周炎一样。如果不纠正患者的观念,即使种再好的牙,也会因为口腔卫生问题而导致牙病,牙齿种了坏、坏了种、种了再坏,不但患者不便,我作为医生也特别没有成就感。”李水根说,“我常和病人说,‘希望你下次来找我只是来聊天,而不是



市口腔医院李水根。记者 陈理杰 摄 P188223936

再来种牙’。”

为了帮助更多人养成良好的习惯,李水根开始放慢工作的节奏,花更多的时间和精力进行基础宣传,让病人学会保持口腔卫生。在病人来看牙时,他会用模型仔仔细细地示范正确刷牙的方法。很多挂他号的患者,他看了情况后都让对方先回去,按

照他教的方法仔仔细细地刷两个星期的牙再来看诊。他认为,只有患者养成了良好的刷牙习惯,才能事半功倍地维护口腔健康。他自豪地说,在他的坚持下,自己的患者大部分都养成了正确的刷牙习惯,每次来都把牙刷得干干净净的,他还曾帮助好几个病人戒烟成功。 S8A11013



医生说

理性对待种牙

李水根对种牙的态度很严谨,他解释,不是所有人都适合种牙,不能盲目相信“马上拔、马上种、马上修”的噱头,在设计种植方案之前必须全面评估与检查。

他在给患者种植修复牙齿前,会全方位地了解情况,还会询问对方病史、抽烟习惯、刷牙习惯等等。检查后,若有牙周问题,他会先让患者先学会正确刷牙,包括用牙线或牙间刷清理牙齿。若患者有蛀牙,则先治疗蛀牙、牙周病。准备种植时,要对全身情况进行检查,包括是否有心脏病、高血压等基础疾病,若有,需先控制基础疾病,再考虑种植。李水根认为,只有严密的设计、长期的随访和患者正确的刷牙习惯,才能让种植体更长久。

正确的刷牙方法

刷牙时,牙刷的刷毛和牙龈要呈45°接触,轻微施力按压,小幅度地颤抖后向咬合方向旋转,牙内侧也是如此。这个动作可以清除牙颈部、牙齿间隙及龈沟内的软垢。刷牙内侧时,可将牙刷竖起放置,从后往前刷,牙齿的咬合面则采用前后摩擦的刷法。

刷牙及其他口腔卫生措施的时间最好选择在晚上睡觉前,以便能有富余的时间将口腔内的残渣、软垢及菌斑充分清除。在晚上做到充分清洁后,早上可以采取漱口的方法清洁口腔。如果条件允许,饭后再刷牙,午饭、晚饭后可再刷一次。

(记者 黄伊娜) S8A11014

切除7厘米肿瘤还能保住半个肾

晨报讯(记者 曾昊然)来自江西瑞昌的沈先生正值壮年,近几个月总觉得右腰区隐痛,到当地医院体检,赫然发现右肾竟然有一个近七厘米大的肿瘤,一家人非常担心。经多方咨询,沈先生不远千里赶往厦门,来到海沧医院治疗。

经进一步检查,沈先生的右肾肿瘤有6.8cm,位于下半肾

脏,紧贴肾盂。沈先生非常希望能在去除肿瘤的同时保住剩余的肾脏。海沧医院泌尿外科医疗组仔细分析了病情,考虑了沈先生的要求,决定按照恶性肿瘤保肾切除肿瘤的极限(小于7cm)为沈先生施行微创的肾脏肿瘤半肾切除术,同时保留正常的上半肾。经过周密的准备后,李超主任团队顺利施行了微创三孔

法后腹腔镜下包含肾肿瘤的右半肾切除术及周围脂肪淋巴组织,既完全清除了肿瘤,又保住了半个正常肾脏,沈先生手术成功完成,术后恢复顺利。

据了解,腹腔镜下保留肾单位的肾部分切除术治疗肾癌,是近年来开始推广的技术,海沧医院较早引进并成功应用。

S8A11027

第一医院院长姜杰荣膺全国优秀称号

晨报讯(记者 蔡樱柳 通讯员 罗超)日前,由中国医院协会主办的2018年中国医院大会在北京召开,会上对97名优秀医院院长进行表彰,厦门大学附属第一医院院长姜杰教授荣获2018年“优秀医院院长”称号。该奖项是经国家卫生健康委批准、国务院审核保留的医院行业最高的管理类奖项之一。

厦门大学附属第一医院是全省首家通过国际JCI认证的医院,在全国大型综合医院中首家通过HIMSS“双七级”评审。15个专科入选省临床重点专科(占全市七成),连续3年国科金立项数居厦门医疗系统首位。近年来,第一医院在院长姜杰及院领导班子的带领下,交出了一份份亮眼的成绩单。 S8A12005