

听信“老人言” 19岁女孩父母后悔了

民间流传着这样一种说法:在女婴出生后,要尽快给她挤乳头,否则会导致乳头凹陷,影响成年以后的哺乳等。所以家里很多老人在宝宝出生后,都会给宝宝挤乳头。这是真的吗?

不建议给新生儿挤乳头

前不久,长春市妇产医院乳腺外科主任于德利接诊了这样一对母女,妈妈来时一脸愧疚,女儿也闷闷不乐。女孩今年19岁了,但是乳头一直没有长出来,不知道什么原因。女孩的妈妈就说,孩子的姑姑就是类似情况,因为没有乳头,生完孩子后无法哺育。小姑子一直怪她妈妈小时候没挤乳头导致的。所以她在女儿刚出生不久,就听信“老人言”,给孩子挤了乳头,但是孩子的乳头还是没“长”出来。

“乳头凹陷和挤不挤根本没有关系。乳头内陷可以是先天的,由于乳腺导管短缩,部分组织纤维化挛缩,导致乳头平滑肌发育不良。也可以是后天的,多见于炎症、肿瘤等疾病,侵犯乳房的导管、韧带、筋膜等,使受侵的导管、韧带、筋膜收缩所致。青春期不合理的束胸或

穿戴过紧的胸罩,也会导致乳头内陷。”于德利表示,不建议给新生儿挤乳头,挤乳头没有依据可改善乳头内陷,操作不当可产生感染甚至脓肿。新生儿有少许乳汁样分泌物是正常的,与母亲的激素水平相关,无需特殊处理。新生宝宝的乳头挤不得,不然后果很严重!很有可能可能会导致感染,形成脓肿,导致宝宝乳腺炎。

乳头是否内陷是因人而异的,通常为双侧,亦可仅发生于一侧。乳头内陷深浅不一可分成三度:一度为部分乳头内陷,乳头颈部存在,能轻易被挤出,挤出后乳头大小与常人相似;二度为乳头完全凹陷于乳晕之中,但可用手挤出乳头,乳头较正常小,多半无乳头颈部。三度为乳头完全埋在乳晕下方,无法使内陷乳头挤出。

从小养成好习惯 宝宝牙齿更健康

牙齿健康关乎孩子一生的健康。那么,什么才是真正的口腔健康呢?不同年龄段的宝宝该如何刷牙?……本报特邀吉林大学口腔医院儿童口腔科副主任医师李毅,做客城市晚报直播间为大家上了一堂干货满满的“0-12岁宝宝护齿必修课”。

龋病是细菌引起的感染性疾病

我们都知道,人有两副牙齿,乳牙和恒牙。但你知道牙齿的不同阶段吗?李毅表示,从6个月(乳牙开始萌出)到6岁(乳牙全部萌出恒牙还未萌出)是乳牙列阶段,6岁(第一颗六龄齿萌出或下前牙萌出)到12岁(恒牙完全萌出)是混合牙列阶段,12岁以后乳牙完全脱落进入恒牙列阶段。“龋齿在孩童时期发病率要远高于成人。”

细菌是龋病发生的主要原因,已经明确的有变形链球菌、乳酸杆菌和放线菌属。其次是食物因素,主要是蔗糖,糖类或

者碳水化合物在细菌的作用下产酸,产生酸以后造成的牙齿脱钙,经过一系列的演变,变得越来越严重,导致龋齿形成龋洞。在这个过程中,宿主也是重要因素,有遗传因素,就像牙齿有没有抵抗力,还有唾液因素,唾液比较粘稠就不是特别好,如果唾液流量大、流速快,就起到了缓冲。最后一个时间是因素,不是一得就马上形成龋病了。在一段时间内,如果采取合理措施,可以再矿化、缓和、恢复,这对我们来说是有利的因素。

少吃糖和盐牙齿更健康

目前,认为龋齿是一种可预防的疾病。在北欧一些国家通过家庭预防(主要是刷牙的宣传,还有氟制剂的应用)和社会预防,已经明显减少了龋病的发生。

“变形链球菌是龋病主要致病菌。有研究证明,母亲的变形链球菌的高致病菌株可以传染到婴儿。”李毅表示,龋病现已被定义为可传播的感染性疾病,有一定的传播性。另外,不要吃高糖、高钠饮食。大家都知道少吃糖对牙齿好,也知道高盐饮食对心脏病、高血压有不良作用,“现在已经证明了,含高钠的饮食可以促进含糖饮食的摄入量,对龋病也是不利的!”

家庭的知识接受程度也对龋病发病有影响。“接受龋病宣传

知识与龋病产生是正相关。”及时治疗对龋病发生起到很好的预防作用。减少致龋微生物数量以治疗口腔感染,建立有利的口腔环境以促进牙体组织再矿化,会使龋病过程终止。

另外,口腔内矫治器及修复体边缘是龋病高发区。“带矫治器的孩子龋齿发病率更高,这也是比较可惜的。”临床上,我们看到许多孩子有满口的龋病,仅修复一颗牙齿,没有治疗其他牙齿,这时修复体边缘很容易就形成龋病继发区,这也是小孩龋病反复发作的原因。“经常有患者说,有的人重来不刷牙牙齿也不坏,这就跟遗传因素有关。”但遗传因素有多重要,现在并没有结论,因为它往往会被家庭的饮食习惯和卫生习惯所掩盖。

出现乳头凹陷怎么办?

手法牵拉:青春期是乳房发育的重要时期,也是纠正乳头内陷的重要时期。经常牵拉乳头,可以使乳头突出、乳腺导管、纤维条索及平滑肌伸展延长,乳头自然逐渐向外凸起。但这需要较长时间,要循序渐进。

吸引疗法:与手法牵拉的作用原理相似,通过负压吸引装置,对内陷的乳头造成牵拉,达

到延长乳腺导管及纤维条索的目的。

手术治疗:目前有两种手术方法,支架法乳头内陷矫正术和切开法乳头内陷矫正术。对已经生育,将来不考虑哺乳的女性,或局部炎症反复发作,瘢痕牵拉严重凹陷畸形的患者,可以采用切开法乳头内陷矫正术。

怎么预防?

如果乳头内陷为先天性,建议在乳房开始发育时,每天坚持手法牵拉乳头,使乳头延长。一般情况下,通过该方法可以有有效的矫正轻中度的乳头内陷。对于重度的乳头内陷,也可以起到一定的

缓解作用。由于继发原因引起的乳头内陷,则需要积极治疗原发病,尽早去除引起乳头内陷的原因,并为手术治疗创造条件。

/城市晚报全媒体记者 朴松莲 报道



儿童龋齿后果很严重

儿童龋齿危害性比成人更大。牙齿缺损涉及到多个乳磨牙时,可以降低咀嚼功能;恒牙就在乳牙的下面,如果乳牙发生根尖周炎严重了就会影响继承恒牙牙胚,造成其釉质发育及正常萌出障碍;乳牙因龋早失,造成牙间隙缩小,因间隙不足发生位置异常;龋洞内食物残渣滞留,细菌聚集,使口腔卫生恶化,影响恒牙发生龋坏;乳牙龋坏破损的牙冠易损伤局部的口腔黏膜组织;孩子一侧牙坏了就会偏侧咀嚼,会造成面部外形改变影响美观;特别是前牙大面积龋坏,会影响发音,进而对孩子心理产生影响。“我们经

常会接到综合医院肾病科和关节病科转过来的孩子,让把牙治好后再做其他治疗。可见龋病引起根尖周炎,还是肾炎、心肌炎和关节炎的诱发因素。”

乳牙对于牙齿、颌骨以及肌肉的发育至关重要,乳牙不仅仅是用来咀嚼食物的,每个乳牙都对相应的恒牙起引导作用。如果乳牙过早缺失,恒牙没有了乳牙的引导,会发生移动或错误地萌出。“乳牙缺失的时候,我们一定要做间隙保持器,保持早失牙齿在牙列中的近远中和垂直的间隙,保持继承恒牙的正常萌出。”

保护牙齿先学会正确刷牙

刷牙是保护牙齿最好的手段。牙菌斑的清除,一个是用刷牙来进行机械清除,另一个就是用漱口液或其他产品化学清除。“氟化物的应用已经被证明对预防龋齿比较有用。”

牙齿还没有萌出时,家长就可以为孩子清洁牙齿了。孩子在4个月的时候,家长将纱布缠到手上,蘸些生理盐水为孩子清洁口腔黏膜。这样做不仅可以清洁口腔,按摩牙龈,还能帮助孩子养成刷牙的习惯,预防变形链球菌的母婴传播。乳牙萌出后,就要用纱布蘸生理盐水仔细清洁牙冠。孩子再大一些就可以用指

套牙刷,用一些牙膏清洁了。这样坚持下去,到孩子3岁左右已经养成早晚刷牙、饭后漱口的好习惯了。“含氟牙膏最好在3岁以后使用,但要注意含氟牙膏量一定要少,以免氟中毒。”

孩子1岁左右,家长就应该带他去接受牙医的口腔预防指导。“从小适应口腔诊所的环境,对孩子以后治疗牙齿大有帮助。”建议4岁左右在家长的帮助下开始配合使用牙线,8岁左右孩子就可以自己掌握牙线的使用了。

/城市晚报全媒体记者 朴松莲 报道

《有医说医》

问题:什么时候刷牙好?

李毅:最好是一日三次,做不到地话,一定要坚持早晚正确的刷牙。最重要的就是睡前那次刷牙,彻底消除牙齿表面的菌斑、食物残渣等;早晨建议在餐后先漱口,半小时后再刷牙,早餐含糖量高,有个脱钙的过程,孩子马上刷牙对牙齿损耗特别大。

问题:吃什么对牙齿好?

李毅:最好就是少吃糖,少吃碳酸饮料和酸奶,多吃一些蔬果和含纤维素多的食物,除了增加营养,粗纤维多的食物还对牙齿有自洁作用,并锻炼咬合力。鸡蛋、谷类、牛奶都是好的。母乳喂养需要注意,1岁以后不要夜间喂养,喂养以后尽量含清水漱口,最好能刷牙。1岁半至2岁,尽量训练用勺喝水,不要用奶瓶了。2-3岁后,不要用安抚奶嘴,影响牙齿咬颌。

问题:如何使用含氟牙膏?

李毅:可以通过牙膏体积来控制含氟牙膏用量。1岁左右用米粒大小,3岁以后给小孩儿用豌豆粒大小,6岁以后完全可以用含氟牙膏了。儿童专用牙膏是针对儿童口腔特点,为方便4岁以上18岁以下的儿童专门设计的牙膏,它具有以下的特点和优点:挑选温和中性的软性磨料,更加容易亲和儿童娇嫩的口腔环境,有效保护口腔黏膜和尚未完全钙化的牙齿。口腔专家推荐的氟化物含量,使儿童乳牙更容易吸收,强化牙齿表面钙化,增强抗酸能力,用量均在安全范围之内。(约为成人含氟量的三分之一)。天然水果味和透明膏体,刺激性小,避免损害儿童的口腔黏膜和味觉,适合儿童的喜好。精美的包装,迎合儿童的心理,使儿童富于想象并长知识,提高儿童刷牙的兴趣,从小培养良好的口腔卫生习惯,有利于减少蛀牙等口腔疾病。

问题:牙齿外伤如何处理?

李毅:运动时戴好护具(头盔、护齿等)做好预防。一旦牙齿因为外伤脱落了,要先把外伤牙拿出,用自来水清洗干净,最佳的处置是把它恢复到原来的位置进行归位,立刻看牙医。如果不能归位,一定要放在生理盐水或牛奶中保存,如果这两个都没有,可以清洗干净后放在嘴里含着,这对牙医为其做再植牙非常重要。

问题:窝沟封闭什么时候做最好?

李毅:条件允许的情况,建议6-8岁做比较合适,主要针对六龄齿,即刚刚萌出的恒牙。2岁左右给儿童涂氟,涂氟前一定要把牙齿刷干净,频次为一年2-4次。

问题:换后的牙为何发黄?

李毅:恒牙钙化程度比乳牙高,也就是说,恒牙牙釉质透明度比乳牙好,而牙本质颜色偏黄,因此一般情况下恒牙比乳牙略黄,但只是相对乳牙的白深一点的淡黄,如果黄得厉害,还是要就诊,考虑是否病变。

/城市晚报全媒体记者 朴松莲 报道