

福建首个社区脑健康中心在福州启动

□本报记者 朱晓洁

8月23日,福建省首个社区脑健康中心在福州市鼓楼区安泰街道社区卫生服务中心启动。国务院发展研究中心社会部原部长、研究员葛延风,中国脑健康行动专家委员会副主任委员、清华大学医院管理研究院教授饶克勤,中国医师协会神经内科医师分会会长陈晓春,中国脑健康行动专家委员会副主任委员、上海医学创新发展基金会执行理事长王波,上海医学创新发展基金会秘书长陈苇伊,福建省卫生健康委员会党组成员、副主任林宪,福州市人民政府副市长孙晓岚,福州市卫生健康委员会党组书记、主任郭勇等出席活动,福建医



科大学附属协和医院副院长叶钦勇主持仪式。

该中心由福建医科大学附属协和医院携手安泰街道社区卫生服务中心,双方深入合作,通过前

沿技术赋能脑健康全程管理等多维度模式,实现阿尔茨海默病防治的关口前移。

该院辛佳蔚医生介绍道,该中心从6月28日开始筹备,采用全自

主知识产权的智能认知筛查系统以及脑电快筛,可以在10分钟之内完成筛查,会将人群分为认知正常的老人和疑似认知功能障碍的人群,随后,通过进一步的专业量表评估、外周生物标志物、结构与分子影像,可以进一步确诊。

“12个工作日一共完成了有效筛查53例,其中量表和脑电异常的有30例左右,目前有15人转诊至福建医科大学附属协和医院门诊。”辛佳蔚医生说。

据悉,该项目在安泰社区总体目标是达到一个基于智能化认知障碍筛查工具的高危人群筛查,以及生活方式、饮食习惯等脑健康危险因素的总体评估。

蛀牙很常见 你了解多少

■福建卫生职业技术学院口腔医学教研室



什么是蛀牙?

蛀牙,医学上称为龋齿,是在细菌为主的多因素影响下,牙体硬组织发生慢性进行性破坏的一种细菌感染性疾病。龋病的发生与细菌、宿主(牙齿及口腔环境)、食物和时间四个因素密切相关,具有发病率高、分布广的特点,是口腔常见的常见疾病之一。如不及时治疗,病变会继续发展,最终可能导致牙齿丧失。

我们可以将蛀牙对我们造成的危害分为局部和

全身危害。

局部危害:1. 牙齿损害:蛀牙会导致牙齿表面出现龋洞,破坏牙齿结构,严重时可能导致牙齿断裂;2. 疼痛与不适:龋洞深入牙本质或牙髓时,会引起敏感反应和剧烈疼痛,影响日常生活;3. 咀嚼功能下降:蛀牙降低牙齿的咀嚼效率,可能导致食物无法充分咀嚼,影响消化吸收;4. 口腔异味:蛀牙中的细菌分解食物残渣产生难闻气味,导致口腔异味;5. 继发感染:蛀牙可

能引发牙髓炎、根尖周炎等口腔疾病,甚至导致面部肿胀和间隙感染。

全身危害:1. 营养吸收问题:由于咀嚼功能下降,食物中的营养成分可能无法被充分吸收,长期如此可能导致营养不良;2. 全身感染风险:细菌可能通过血液传播到全身各部位,引发全身性感染,如关节炎、肾炎等;3. 影响生长发育:对于儿童来说,蛀牙还可能影响身体发育和颌面部生长发育。

日常生活中我们该如何有效预防蛀牙?

有效预防蛀牙的发生,可以从以下几个方面着手:1. 保持良好的口腔卫生:每天早晚刷牙,使用软毛牙刷和含氟牙膏,采用巴氏刷牙法,确保每颗牙齿及牙缝都得到彻底清洁。使用牙线或牙间隙刷等工具,清理牙齿缝隙中的食物残渣和牙菌斑。饭后漱口,及时清除口腔中的食物残渣和细菌。2. 控制糖的摄入:减少糖分含量高的食物和饮料的摄入,尤其是避免在睡前吃甜食。可以用木糖醇等糖的替代品来减少糖的摄入。3. 定期进行口腔检查:建议每年至少进行一次全面的口腔检查,包括牙齿的龋坏情况、牙龈健康等。及时发现并处理早期的龋齿问题,防止病情恶化。4. 使用防龋齿产品:儿童和青少年可以酌情进行牙齿窝沟封闭和涂氟处理,以增强牙齿的抗龋能力。成人也可以使用含氟牙膏等防龋齿产品来保持口腔健康。

蛀牙虽然常见,但并不可怕。只要我们掌握正确的预防方法,保持良好的口腔卫生习惯,就能有效减少蛀牙的发生。如果发现自己已经患有蛀牙,也不用过于担心,及时就医,具体的治疗方案应根据个人情况而定,在医生的指导下进行治疗。让我们一起行动起来,守护我们的微笑防线吧。

如何判断自己是否患有蛀牙?

要判断自己是否患有蛀牙,可以从以下几个方面进行观察和分析:1. 观察牙齿颜色,健康的牙齿颜色通常为淡黄色。如果牙齿的某些部位(如牙咬合面、前牙两牙之间的牙缝、牙齿唇颊面等)出现发黑、发黄、发棕等颜色变化,这可能是蛀牙的早期迹象;2. 检查牙齿形态表面平整

度:健康的牙齿表面应该是平整光滑的。如果牙齿表面出现不平整、有龋洞或小碎块脱落等情况,这可能是蛀牙的表现;3. 感受牙齿症状敏感与疼痛:蛀牙可能导致牙齿对冷热酸甜等刺激产生敏感或疼痛反应,尤其是当刺激物直接接触到龋洞时。如果蛀牙发展到一定程度,可能

会引发自发性疼痛,即没有外界刺激时也会感到疼痛;4. 借助专业工具检查口腔:牙医会使用口腔镜和探针等工具来检查患者的口腔内部情况,包括牙齿颜色、形态和龋洞位置等。通过拍摄X光片,可以更精确地观察牙齿的内部情况,如龋洞的大小、深度和是否累及牙髓等。