

## 五臟六腑大搜查之消化道篇 消化道篇之一：健全消化機制之始 - 牙齒

馮建裕醫生

### I. 被輕視的牙齒殺手 - 牙周病

根據1991年香港大學的調查顯示，本港超過九成35至44歲的成年人患上牙周病 (periodontal disease)。然而不少人對牙周病卻是一知半解，沒有好好正視這個常見的牙齒問題。

牙周病是一種由細菌引起的牙患，口腔裡有牙石及牙肉出血就是患上了牙周病的病徵。

#### 細菌形成牙菌膜

原來細菌會附在牙齒的表面，加上口水、食物殘屑等，逐漸形成肉眼看不到的牙菌膜 (biofilm)。廿一天後，牙菌膜會鈣化，成為牙石。隨著牙石增加，在牙肉與牙齒之間的縫隙裡不斷積聚牙石，牙肉會因而發炎、紅腫以至出血。

健康的牙肉及牙齒間大概有0.5毫米至1毫米的縫隙，牙周病患者則可能有2毫米至4毫米的空位，更可能出現牙袋，內裡會藏著牙菌膜及牙石。

雖然牙周病在香港十分普遍，但是不少人都忽視了牙石及牙肉出血的病徵，其原因是：

1. 牙周病最初只會影響不明顯的牙縫、牙肉與牙齒之間的空隙，一般人不會留意。
2. 人們刷牙出血時，往往以為自己刷牙的力度太大，便會放輕力度及避過出血的部位，白白錯過了牙肉出血的「警號」。
3. 即使牙肉開始腫脹以至含膿，很多人諱疾忌醫，胡亂服用一些消炎藥就了事。結果牙石沒有被清除，牙菌膜亦繼續蔓延。
4. 不少人以為牙肉出血或紅腫是因為「熱氣」，便減少進食煎炸食物、早點睡覺，初期的確可能減輕牙周病的情況，但根本沒有根治牙周病，病情最終只會惡化。

由於以上種種原因，有些牙周病病人直至牙齒劇痛、生牙瘡、牙齒移位以至整隻牙齒鬆脫，才找牙醫診治，治療的過程自然要更費功夫。

#### 牙周病與其他疾病的關係

牙周病不但影響牙齒的健康，原來還會跟其他毛病，例如：糖尿病、腎病、高血壓及癲癇症都有關連。

其他疾病	與牙周病的關係
中風	有研究指中風者較多患有牙周病。估計引起牙周病的細菌會進入其他血管，令血管壁鈣化，增加中風的機會。不過，醫學界未證實牙周病與中風之間有確切的因果關係。
糖尿病	牙周病的細菌會放出酵素，影響身體控制血糖的機能。另外，糖尿病病情若控制得不好，身體無力抵抗細菌，會加劇牙周病的病況。
腎病	接受了腎臟移植的病人要服用一些抗排斥藥物，這種藥物可能令牙肉腫脹。病人不能徹底清潔牙肉下的牙齒，容易讓牙石積聚。
高血壓、癲癇	跟腎病差不多，有些治療高血壓及癲癇的藥物會令牙肉增生，增加患上牙周病的機會。

## 內容

- [五臟六腑大搜查之消化道篇 - 消化道篇之一：健全消化機制之始 - 牙齒\(續頁\)](#)
- [流行性感冒之預防](#)
- [醫院部門八一八](#)
- [失禁唔關我事？](#)



牙周病



糖尿病引致牙周病



服食排斥藥物引致牙周病

### 病情嚴重要動手術

談到治療方面，「洗牙」可以治療初期的牙周病。牙醫會以高速震動的牙科用具清理牙齒上的牙石及牙菌膜。假如牙石藏於牙肉內，牙醫要動手術治理。把病人麻醉後，剖開牙肉，清除了內裡的牙石，然後再把傷口縫合。

由於牙周病是細菌引起的疾病，有些病人的身體較弱，牙科治療之餘還要同時改善病人的身體狀況。例如同時患上糖尿病的病人應該服藥控制病情，吸煙者應該戒煙，否則難以控制牙周病的病情。

至於預防牙周病要注意甚麼地方呢？首要的當然是正確及定時刷牙、用牙線清潔牙齒，避免牙菌膜積聚。再者，定期接受牙科檢查也是十分重要的，例如照X光以了解牙肉內的情況。

大家只要由今天起耐心點刷牙及用牙線，加上定期檢查牙齒，患上牙周病的機會一定會大大減低。

## II. 孕婦牙患多

「BB吸收了媽媽的鈣質，所以媽媽的牙齒便會脫落。」相信不少人都聽過這句話，究竟孕婦的牙患是不是因為腹中的胎兒吸收鈣質而造成，還是另有原因呢？

胎兒吸收鈣質而令孕婦的牙齒脫落的說法不可信，反而孕婦的骨骼更可能受胎兒影響。不過，孕婦的確較一般人容易蛀牙、患上牙周病等，以至牙齒無緣無故地鬆脫，原因有以下各點：



懷孕期引致牙肉增生

### 一. 生活及飲食習慣改變

孕婦多愛吃酸甜的零食，口腔內的酸性增強，自然容易受蛀牙之苦。

### 二. 嘔吐物

孕婦作嘔作悶在所難免，嘔吐後酸性物質殘留在口腔，同樣增加了蛀牙、牙周病的機會。

### 三. 女性荷爾蒙

懷孕期間，孕婦的女性荷爾蒙水平較平日為高，這樣亦會引起牙患。女性荷爾蒙的影響可以分為兩方面。

- 女性荷爾蒙會吸引一種細菌大量聚集，結果孕婦的牙肉會腫脹，大大增加患上牙周病的機會。
- 部分孕婦會因為女性荷爾蒙增多而出現牙肉增生的現象，不但影響儀容和進食，更會令孕婦難以刷牙及用牙線去清潔牙齒。

### 四. 分娩前的荷爾蒙

大約到了懷孕的第八、九個月，身體會產生一種荷爾蒙令盤骨裂開，方便把胎兒生產出來。這種荷爾蒙同時會令牙齒跟牙肉組織間有多一點空隙，牙齒便會容易移位以至鬆脫。

即使可能有這麼多牙齒問題，孕婦應該去看牙醫嗎？因為牙科檢查以至洗牙的過程中可能要用麻醉藥、照X光等，對孕婦及胎兒均有機會產生危險，所以牙醫一般會建議孕婦在懷孕頭三個月及最後的三個月內避免接受牙科檢查及治療。若有計劃生育，各位準媽媽應該提早去看醫生。

以下幾點保護牙齒的建議，可以讓準媽媽在待產時參考一下。

首先，有需要時可以在懷孕的第五、六個月再洗一次牙，因為當時胎兒大都較穩定，危險性較低。孕婦要注意口腔衛生，定時刷牙及使用牙線。刷牙及用牙線時要份外小心及放輕力度，因為孕婦的牙肉組織很易紅腫充血，動輒會被牙刷或牙線弄傷。

各位準媽媽最關心的大多是腹中寶寶的健康，可是也不要忽略自己的牙齒健康。若發覺牙齒有問題時，應該詢問醫生及牙醫的意見。

### III. 常見牙患知多少？

除了牙周病，常見的牙患當然還包括牙痛、蛀牙、牙齒變色等。

#### 一. 為甚麼我們會牙痛？

牙痛的原因可分為兩類。第一類是因為牙齒受到撞擊，令牙齒及牙肉組織受創而產生痛楚。第二類就是細菌引起的病變，包括蛀牙、牙周病等。

#### 二. 蛀牙的原因是甚麼？

口腔內的細菌分解殘留在牙齒上的糖分，同時放出酸性物質，侵蝕牙齒的琺瑯質。若沒有適當的治療，細菌會繼續侵襲象牙質以至牙髓神經。

#### 三. 杜牙根會「杜死」整隻牙齒嗎？以後那隻牙齒是不是再沒有感覺？

杜牙根的正确名稱是根管治療。牙髓神經會因蛀牙、牙周病等牙患而受感染，根管治療可以根治這個徵狀。

牙醫在杜牙根前會處理了病人的牙石及蛀牙，還會照X光確定應否要進行根管治療。跟著把病人麻醉，在他的牙面鑽一個小孔直達牙髓神經，然後用針型的銼把所有神經清除。最後用合成樹脂把小孔填補，病人還可以選擇用牙套進一步保護牙齒。

接受了根管治療後，雖然該隻牙齒失去了對溫度的感覺，但仍可以感受到壓力，例如咀嚼食物時的感覺。假如沒有去接受治療，牙齒最終可能會整隻脫落。

#### 四. 為甚麼牙齒會變色？

牙齒變色有四個可能原因。

1. 外來的物質令牙齒變色，如茶、香煙、一般食物殘渣等；
2. 牙齒在牙肉形成時受藥物或疾病影響，如孕婦服食四環素可以令胎兒的牙齒變黑；
3. 牙齒因蛀牙、牙周病或撞擊等原因而壞死，會逐漸變得深色；
4. 隨著年紀漸長，牙齒的底色會自然地逐漸變黃。

#### 五. 漂牙可以令牙齒再次潔白嗎？

假如洗牙也不可以改善牙齒變色的情況，漂牙是另一個有效的方法。牙醫會就病人的牙齒排列狀況製造牙托，配以漂牙的藥物（多含有雙氧水）讓病人接受牙齒漂白的治療。有的病人可以在家自行漂牙，亦有些需要牙醫的協助才行。

[上一頁](#)

[回主頁](#)

[下一頁](#)

# 流行性感冒之預防

若思

流行性感冒，簡稱「流感」，乃由病毒感染之呼吸道傳染病。流感的潛伏期極短（1-2天），發病速度較普通傷風為迅速，通常症狀包括：發熱、頭痛、乾咳、喉痛、肌肉及骨痛等（表一），小兒甚至會出現痲嘔等情況。病者一般都能在數天至一週後痊癒，但抵抗力弱的患者（如年長者、長期病患者等）則可能出現嚴重的併發症如肺炎、支氣管炎及肌炎等。

踏入寒冬季節，香港將進入流感高峰期，大家宜提高警覺，加以預防：

## A. 改善生活環境、增強抵抗力

預防流感的最佳方法是增強抵抗力，作息定時：

1. 保持住所及工作環境空氣流通
2. 吸收均衡營養，作適量運動
3. 流感流行期間應避免到人多及侷促的地方
4. 小童不宜接觸禽畜雀鳥。若家中有飼養雀鳥，應保持清潔衛生，接觸後清潔雙手。

## B. 流感疫苗

流感病毒分為甲、乙、丙三大類型，現時已有疫苗可減低「高風險人士」（長期病患者、入住安老院人士）的感染機會達四至七成。由於流感病毒表面抗原的變更可以很大及很快（尤以甲型為甚，丙型則相對穩定），故此人體難以發展終生的免疫力，是故我們仍會不斷受變種的流感病毒侵襲，接受疫苗注射的仍要每年注射一次。世界衛生組織會於每年預計即將流行的病毒類型，指定是年的疫苗類型。

## 2000/2001 年度的流感疫苗類型為：

1. A / Panama (甲型 / 巴拿馬) \*
2. A / New Caledonia (甲型 / 新喀里多尼亞)
3. B / Yamanashi (乙型 / 日本山梨)

(\* 由於藥廠暫未能成功研製對付甲型莫斯科之疫苗，故以甲型巴拿馬取代)

## 誰應接受流感疫苗注射？

1. 65歲或以上年長者
2. 長期病患者如哮喘、糖尿病、心臟病及腎病患者
3. 入住安老院及療養院之人士
4. 免疫功能減弱之人士
5. 經常接觸上述人士之醫護人員

## 注意事項：

1. 疫苗注射後需二星期才有足夠保護作用，故此必須於流感高峰期前注射（如十一至十二月間）。流感疫苗之保護期約為六個月至一年。
2. 由於流感疫苗是利用雞蛋進行培植，故此對雞蛋有嚴重敏感反應之人士不宜接受注射。另外，由於疫苗生產過程中亦會使用氨基甘類抗生素 (Aminoglycoside，如新霉素 Neomycin 等)，故若對上述藥物有敏感，亦應通知醫生。
3. 病者若患上高熱病症，應待退熱後才接受流感疫苗。

## 流感與普通傷風之比較：

	流感	傷風
1. 發病速度	迅速	逐漸
2. 症狀	全身	局部 (鼻及喉部)
3. 發熱	普遍高熱 (102 - 104 F)	普遍溫和
4. 頭痛、肌肉痛、骨痛、乏力	顯著	較少、溫和
5. 咳嗽	乾咳，較常見及嚴重	乾咳，較少見及溫和
6. 喉痛	常見	常見
7. 鼻水、鼻塞	較少	常見
8. 疾病持續期	一星期或以上	數天，較快復原

## 新手術室的誕生

### 加倍安心又放心

雖然身處二十一世紀網絡時代，但不少人在遇上疑難或重要關頭時，仍會求神問卜，就像年前記者妹因扁桃腺發炎需要動手術，母親還是先拜過神佛，算算我跟這位醫生和這醫院夾不夾才放心讓我施手術，小妹並不迷信，只是不忍拂逆老人家的心意而已，其實精明的現代人誰都曉得，經驗豐富的醫護人員配合可靠安全的手術設施才是手術成功的關鍵。

具有七十八年歷史的養和醫院，與所有醫院一樣承擔著病人付託生命的重責，因此在策劃每一項建設上都抱審慎態度，讓病人在充份的安全措施下接受治療。手術室是醫院的重點建設，當然更不能掉以輕心，原設於李樹芬院一樓的手術室，自一九六七年啟用至今已經歷三十多個年頭，雖然對各項手術均能應付裕如，然而自我要求甚高的養和醫院豈會甘於現狀，因此早在十年前已將新手術室列入創建計劃中，經過多番策劃修正，多次遠赴外地考察及採購，經過千錘百鍊的大型外科手術室終於座落在李樹培院二樓，面積佔用了第一、二期全層，整間手術室劃分為兩大區域，位於第一期的是支援區，內設控制中心、日間手術中心和環境幽雅的醫生休息室。而主體手術室則佔用了第二期的全層，共擁有十間設備達國際水準的手術房。



每間手術房內的設施是標準的基建，不再贅言。但內裡一些完全基於病人安全為主旨的構思，能使病人在手術期間生命充份受到保障，手術成功率亦相應提高。現在就讓我為您們逐一探討這些特別設計吧。

1. UPS不間斷電源供應裝置：當電力公司電源供應突然停止時，此裝置便在第一時間啟動，使任何敏感度高的儀器絕對不受停電的影響，能確保維持生命的儀器正常運作。
2. 嚴格的感染控制：每間手術房均設獨立空調，空氣交換最少每小時30次，而其中兩間較大手術房的空氣交換次數更可增加3倍，專為一些需極度清潔環境的手術而設，例如心臟手術、器官移植等。在處理儀器的過程中亦採取了單向路線，清潔區與無菌區域嚴格劃分，確保儀器絕對滅菌，能減少傷口感染的機會。
3. 緊急傳呼系統：手術房內設有求救按鈕，當一按動時，便有六位身懷接收器的資深護士接收求救訊息，能立即到達呼救的手術房協助。
4. 嚴密監察系統：在控制中心設有閉路電視系統，能監察各個重要方位，在必要時馬上派出支援。
5. 設備完善的恢復室：讓手術後的病人接受嚴密的觀察，待情況穩定才送回病房。
6. 精練的護理人員：護士隊伍訓練有素，經驗充足，與各外科醫生合作無間，互相有高度默契，能令手術過程更暢順。各成員亦在工餘積極進修和觀摩以鞏固手術方面的知識。

此外，尚有個別特式，例如其中兩間相連的手術房專施各種內窺鏡手術；而另一間手術房則四壁鑲滿鉛板，專供需多次使用X光視察的骨科手術之用。亦同時裝置錄像系統，可將手術過程傳送到演講廳以進行教學及學術交流。

這間具備優越條件的手術室即將投入服務，亦會貫徹本院服務宗旨，誠意為您肩負生命重要一刻的安全使命。



# 失禁

## 唔關我事？

理遺科護士余秀玲



失禁，真的唔關我事嗎？你能否整天不用護墊或尿片都能保持內褲乾爽而無尿臭味。  
如果你唔可以的話，那麼請你讀以下的文章，或許會給你一點幫助。

### 失禁是甚麼：

- 失禁可分為大便及小便失禁。
- 失禁的形成是由於一個人不能自主控制大小二便的排放而在不適當的時間及地點排出大便或小便。

### 失禁的成因、種類及治療：

小便失禁的成因有很多，大致可分為以下幾種：

#### 1. 婦女生育後導致骨盆底肌肉鬆弛引致壓力性失禁

婦女因為生育過多或經外陰道生產重磅嬰兒，而生育後缺乏產後運動，會較容易令骨盆底肌肉鬆弛，控制小便

[上一頁](#)

[回主頁](#)

[下一頁](#)

困難。當患者用力時（如咳嗽、大笑、跑步、下斜坡）便會有少量小便流出，你們還記得某電視藝員做現場節目大笑時遺小便的情況嗎？

壓力性失禁通常發生於婦女，身體肥胖人士，長期咳嗽人士，老年人

治療：骨盆底肌肉運動、減肥及外科手術

## 2. 環境性因素導致功能性失禁：

當一個人的活動能力有所限制，活動功能方面有障礙，再加上環境性的阻障，例如廁所距離太遠，睡床過高等也會妨礙了他們往廁所的能力而導致功能性失禁。

功能性失禁是患者意識到小便，但因活動功能方面問題而未能及時抵達廁所導致遺小便問題。較常發生於傷殘人士、老年人、中風者、帕金森症病患者、關節病患者。

治療：接納患者的需要給予適當輔助器具如使用便椅、便盆或尿壺等。



## 3. 大腦神經疾病或泌尿神經病變導致急性失禁：

患有大腦神經疾病的人士如腦血管疾病或老人痴呆症等使大腦不能有效地抑制膀胱的不自覺的收縮而導致小便急性失禁。

糖尿病則引致泌尿神經疾病使膀胱肌肉過份敏感導致控制小便的困難。所以當患者一有便意時便需即時往洗手間，若不能短時間內往洗手間，則可能會遺小便。

急性失禁較常發生於多次中風病人，老年痴呆症病人，老年人。

治療：膀胱訓練，藥物

## 4. 泌尿系統疾病或泌尿神經病變導致滿溢性失禁：

任何人患上泌尿系統或鄰近器官的疾病都可能引起小便失禁，例如膀胱炎，前列腺肥大症，前列腺腫瘤，大便阻塞等，而脊骨神經病因泌尿神經系統受到損害影響患者的排尿能力，

使膀胱肌肉收縮能力降低或尿道因前列腺肥大症引起小便積聚於膀胱內而引致滿溢性失禁。

患者在沒有便意感覺時便會有小便流出。

治療：前尿管肥大症患者需要進行手術治療或藥物治療，膀胱神經問題的患者需接受導尿法治療

## 5. 心理性因素引起夜遺小便

失禁可以是心理問題的一種行為表現，多發生於睡覺的時候，由於患者在熟睡時不察覺便意而遺尿。

治療：調節飲水習慣，如廁訓練，心理輔導或藥物

## 總結：

今天，護墊或尿片已不再是遺小便的唯一解決方法，你可放心地大笑也無須擔心小便滲漏帶來的尷尬。本院的理遺科是專為處理遺大小便問題而設立的，提供診斷，治療，護理及復康服務，任何人若察覺到自已已有失禁的情況，如：

- 運動時有小便滲出
- 大笑、咳嗽、打噴嚏有小便滲出
- 漏小便或小便後滴小便
- 頻頻如廁
- 晚上有尿床
- 不能控制大小便

均可到本院門診部預約，診症時間：逢星期一至五上午 11 時至下午 2 時 30 分，無須醫生介紹信。

查詢電話：28358600

養和醫院理遺科可以幫到你

