基层适宜技术

牙痛的诊断与治疗

牙痛是口腔科病人就诊常见的原因之一。引起牙痛的常见口腔疾病有：因感染、磨损、创伤等因素导致牙体硬组织不同程度的缺损，如龋病、牙齿磨损、牙外伤等，还有牙髓疾病、根尖周病、牙周疾病等。

临床特点

龋病 牙痛是龋病的常见症状。龋病分为浅龋、中龋、深龋。浅龋的龋损在牙釉质和根面牙骨质层内，病人一般无明显的自觉症状；中龋为龋损进展到牙本质浅层，临床检查已有龋洞形成，病人表现为进食冷、热或酸、甜食品时有一过性敏感症状，去除刺激后症状随即消失；深龋为龋损进展到牙本质深层，有明显的龋洞形成，病人有明显的遇冷、热、酸、甜食品刺激敏感症状，也可有食物嵌塞时的短暂疼痛症状，但没有自发性疼痛。

牙髓疾病 是指感染、创伤、物理或化学因素等引起牙的髓组织一系列病变，临床上以急性牙髓炎或慢性牙髓炎急性发作最为常见。尖锐、剧烈疼痛是牙髓炎的主要症状，典型症状如下：阵发性的自发性痛，温度刺激引起或加重疼痛，疼痛不能定位，有发散性痛（沿三叉神经分布区放散），疼痛常在夜间发作或加重。临床检查可以找到引起牙髓炎的致病因素，如近髓深龋、非龋性牙体疾病、充填体、深牙周袋等。温度测试反应敏感或激发痛，疼痛持续，也可出现热痛冷缓解。

根尖周病 临床分为急性根尖周炎和慢性根尖周炎。

急性根尖周炎：早期患牙有轻度疼痛，此时患牙咬紧，疼痛可以暂时缓解，随着炎症加重，病人患牙浮出和伸长的感觉逐渐加重，轻叩患牙疼痛。根尖周炎时疼痛为自发性、持续性痛，且范围局限，病人能明确指出患牙。如果急性根尖周炎症继续发展，形成急性根尖脓肿，则疼痛加剧，叩痛明显，且有持续性跳痛。脓液扩散至骨膜下，疼痛、肿胀均明显，脓液一旦穿破骨膜达到黏膜下，疼痛比以前减轻。

慢性根尖周炎：一般无明显的自觉症状，患牙咀嚼时出现不适感。患牙常由牙髓炎继发，既往可有疼痛发作史。患牙对叩诊无反应或仅有不适感，一般不松动。患牙根尖部黏膜或牙龈表面可查及瘘管口，挤压瘘管口有时可有脓液溢出。

急性或慢性根尖周炎患者临床检查时往往可查及引起牙髓坏死的牙体病损、充填体、深牙周袋等。牙冠变色，牙髓诊断性试验无反应，对急性根尖周炎患牙应进行X线检查，结果显示根尖周组织影像无明显异常表现；而对慢性根尖周炎患者来说，患牙表现为根尖区骨组织透射影像。

急性龈乳头炎 牙龈乳头受到机械或化学刺激引起的急性炎症。临床表现为局部牙龈乳头发红肿胀，探触和吸吮时易出血，有自发性胀痛和明显探触痛。有时局部可探查到刺激物，牙可有轻度叩痛。

牙周脓肿 分为急性牙周脓肿和慢性牙周脓肿。

急性牙周脓肿发病突然，在患牙的唇颊侧或舌腭侧牙龈形成椭圆形或半球形的肿胀突起，牙龈发红、水肿、表面光亮。脓肿早期，患牙疼痛较明显，可有搏动性疼痛，患牙有浮起感，叩痛、松动明显；脓肿后期，脓液局限，脓肿表面较软，触诊有波动感。脓肿可发生于单个牙齿，也可同时发生于多个牙齿。

慢性牙周脓肿 常因急性期过后未及时治疗，或反复急性发作导致。一般无明显的症状，牙龈表面有窦道开口；叩痛不明显，有时有咬合不适感或钝痛。

处理和转诊

全科医生接诊牙痛病人时要多了解病史、牙痛的发病过程等，查找病灶或病牙。如果患者被诊断为急性疼痛，可以对症治疗，如服用对乙酰氨基酚，注意不能滥用抗生素治疗。

（河南省卫生健康委基层卫生健康处供稿）

每周一练

（上肢骨折、下肢骨折）

一、幼儿锁骨青枝骨折最适宜的治疗措施是
A.三角巾悬吊
B.八字绷带固定
C.锁骨带固定
D.手术钢板固定
E.外固定架固定

二、患者为女性，38岁，右上肢外展位跌倒，手掌着地，当即左肩肿痛。查体：左肩部饱满，局部稍下方凹陷有明显压痛，患肩活动障碍。最有可能的诊断
A.右肩关节前脱位
B.右肩关节后脱位
C.右肩软组织损伤
D.肱骨外科颈骨折
E.肱骨外科颈骨折合并肩关节脱位

三、符合伸直型肱骨髁上骨折特点的描述是
A.肘后三角异常改变
B.骨折线由前上斜向后下
C.骨折线由前下斜向后上
D.常伴有正中神经损伤
E.患肘向前突出呈后伸位

四、患者为男孩，左肘摔伤后急诊就医。患者被小夹板外固定后，前臂高度肿胀，手部青白发凉，麻木无力，拍摄X线片，被诊断为左肱骨髁上骨折。若不及时处理，其最可能的后果是
A.感染
B.缺血性骨坏死
C.骨化性肌炎
D.关节僵硬
E.缺血性肌挛缩

五、桡骨下端骨折首选的治疗方法是
A.切开复位钢板内固定
B.抗炎镇痛
C.中药活血化瘀
D.手法复位外固定
E.直接支具外固定

六、患者为男性，35岁，右上臂外伤6小时。查体：局部肿胀、压痛、畸形，伴异常活动，垂腕、垂指。最可能的诊断是
A.肱骨外科颈骨折合并腋神经损伤
B.肱骨外科颈骨折合并肌皮神经损伤
C.肱骨外科颈骨折合并桡神经损伤
D.肱骨外科颈骨折合并尺神经损伤
E.肱骨外科颈骨折合并正中神经损伤

七、股骨头的主要血液供应来源是
A.闭孔动脉
B.股圆韧带内的小凹动脉
C.股骨干的滋养动脉升支
D.旋股内、外侧动脉的分支
E.阴部内、外动脉

八、患者为女性，60岁，因路滑不慎跌倒，右臀部着地，扶起不能行走，右髋部明显压痛。X线检查，被诊断为右股骨颈骨折，其右下肢畸形的位置应是
A.屈曲内旋
B.屈曲外旋
C.屈曲内收
D.延长内旋
E.短缩外旋

九、患者为男性，38岁，因车祸右小腿受伤，拍摄X线片，被诊断为右胫骨中下1/3交界处斜形骨折，易发生
A.骨筋膜室综合征
B.脂肪栓塞
C.延迟愈合或不愈合
D.血管损伤
E.神经损伤

本期答案			
一、A	二、D	三、C	四、E
五、D	六、C	七、D	八、E
九、C			

母婴安全健康管理（上）

妇幼健康 周周见 FUYOUJIANKANG ZHOUZHOUJIAN

拥有一个健康、可爱、聪明的宝宝是准爸爸和准妈妈的共同心愿。为了做好生育全程基本医疗保健服务工作，保障全面三孩政策顺利实施，河南省卫生健康委根据国家要求，结合河南省的实际情况，在国家版《母子健康手册》基础上，编印了图文并茂、内容丰富的新版河南省《母子健康手册》，并于2020年8月在全省全面推广使用。

《母子健康手册》

什么是《母子健康手册》

《母子健康手册》包含政府提供的妇幼健康服务政策、重要的医学检查记录、健康教育知识、孕产妇的经历感受及孩子成长记录5个部分，分为婚前保健、孕前保健、孕产期保健、产后避孕、儿童保健、预防接种6个时期；有利于妇女儿童接受系统、规范的生育全程基本医疗保健服务，保障妇女儿童的健康权益。

为什么需要办理《母子健康手册》

《母子健康手册》是女性孕检、分娩、产后42天体检，以及宝宝体检、入园、入学必备的手册。这本手册不仅可以提供从备孕到儿童6周岁前的全面健康指导，还能让父母记录下儿童成长的每一个阶段，将孩子的印记、父母的笔记与医生的手记融为一体，是送给孩子最好的礼物，也是父母与子女之间一份珍贵的“成长日记”。在这里，您可以知晓党和政府提供的免费便民惠民妇幼健康服务项目；可以了解孕产期保健和儿童保健的相关知识，如孕期如何预防贫血，如何补充钙剂，母乳喂养的方法、什么情况下需要住院待产、6岁以下儿童生长发育是否达标、心理行为是否存在预警征象，危急情况下的早期应对等。对有高危风险因素的孕妇，关口前移，分级和分类管理，并根据情况进行及时的转诊和应急处理，确保母婴安全。

如何使用《母子健康手册》

《母子健康手册》主要以计划怀孕妇女、孕妇、儿童家长自我监测和自我记录为主，医务人员健康检查记录为辅。手册中的自我记录内容，是医务人员全面了解孕妇、儿童相关情况的第一手资料，务必认真填写、详细记录，遇有不了解的情况，应当及时咨询发放人员或医务人员。

本手册请注意保存，并在孕前优生健康检查、每次产前检查、儿童健康检查时携带。

请您从结婚开始到宝宝7岁前，定期接受医生对您和宝宝的监护和保健指导。特别是出现异常情况时，应听从医生的建议，适当增加检查次数和内容。

希望这本手册陪伴着您和宝宝共度人生中美好的时刻，并留下难忘的记忆。

如何建立《母子健康手册》

孕产妇、7岁以下儿童到常住地的乡镇卫生院或社区卫生服务中心建册，新婚夫妇、计划怀孕的妇女到常住地妇幼保健机构领取。特别提醒孕妇一定要在孕13周前进行建册。

《母子健康手册》的种类有哪些

有纸质版、电子版。电子版《母子健康手册》信息可以与纸质版《母子健康手册信》息互联互通。

孕产妇健康管理服务

每个准妈妈都希望生育健康的小宝宝。从您在身边卫生院或社区卫生服务中心建立《母子健康手册》起，孕产妇健康管理服务就一直陪伴在您身旁。产前，医生的随访和评估，帮助您掌握胎儿的发育情况；产后，医生会进行访视和健康检查，还会对您和宝宝的健康进行指导。

什么是孕产妇健康管理服务

孕产妇健康管理是指对已确诊怀孕的妇女，从孕产期直到产后42天这段时间里母子健康状况进行评估管理，包括个人卫生、心理和营养健康指导，母婴常规服务及异常情况的干预处置等。

为什么开展孕产妇健康管理服务

从社会层面来说，国内外资料显示，规范的孕产妇健康管理服务，是降低孕产期母子死亡率和病残儿发生率的有力措施，对保障母子健康具有重要意义；从个人层面来说，关系到宝宝的成长和家庭的幸福生活。

服务对象

辖区内常住孕产妇。包括从孕前或怀孕开始至产后42天这段时间，户籍在本辖区，平时也居住在本辖区，或户籍不在本辖区，但妊娠后在本辖区居住半年及以上的孕产妇。

服务内容

包括孕早期健康管理、孕中期健康管理、孕晚期健康管理、产后访视、产后42天健康检查。这些服务内容都是免费的。

孕早期健康管理 怀孕13周前的孕妇，需要到常住地的乡镇卫生院或社区卫生服务中心建立《母子健康手册》，医生为孕妇进行第一次健康状况检查和评估，进行个人卫生、心理和营养保健指导，特别强调避免导致胎儿畸形的因素和疾病对胚胎的不良影响；进行产前筛查和诊断的宣传告知，筛查孕期危险因素；发现高危孕妇并进行专案管理，对妊娠风险筛查阳性的孕妇及时转诊、评估、并上报。

孕中期健康管理 孕妇在孕16周~20周、21周~24周各进行1次健康教育和指导，包括孕妇健康状况评估、胎儿生长发育状况评估和指导。

对未发现异常的孕妇，除了进行孕期的生活方式、心理、运动和营养指导外，还应告知和督促孕妇进行预防出生缺陷的产前筛查和产前诊断。

对发现有异常的孕妇，要及时转至上级医疗卫生机构。出现危急征象的孕妇，要立即转上级医疗卫生机构，并在2周内随访转诊结果。

孕晚期健康管理 孕妇在孕28周~36周、37周~40周各进行1次健康教育和指导，包括孕妇自我监护方法、促进自然分娩、母乳喂养，以及孕期并发症防治指导。

对随访中发现的高危孕妇，应根据就诊医疗卫生机构的建议，督促其酌情增加随访次数。随访中若发现高危情况，建议其及时转诊。

孕中期和孕晚期，孕妇到哪里享受健康管理服务 孕妇可以到有助产技术服务资质的医疗卫生机构接受随访。无助产技术服务资质的基层医疗卫生机构也会督促孕中期和孕晚期孕妇前往有助产技术服务资质的医疗卫生机构接受相关随访。

什么时候进行产后访视 乡镇卫生院、村卫生室和社区卫生服务中心（站）在收到分娩医院转来的产妇分娩信息后，应于产妇出院后1周内到产妇家中进行产后访视，同时进行新生儿访视。

产后访视的内容 产褥期健康管理，母乳喂养和新生儿护理指导。通过观察、询问和检查，了解产妇一般情况、乳房、子宫、恶露、会阴或腹部伤口恢复等情况，进行相应指导与处置。

产后发生什么情况需要转诊 访视时发现有产褥期感染、产后出血、子宫复旧不佳、妊娠并发症未恢复者，以及产后抑郁等问题的产妇，应及时转诊至上级医疗卫生机构接受进一步检查、诊断和治疗。

产后42天应去哪里做健康检查 正常分娩，到乡镇卫生院、社区卫生服务中心接受产后健康检查；异常分娩，到原分娩医疗卫生机构接受产后健康检查。

产后42天健康检查的内容包括哪些

对产妇恢复情况进行评估。对产妇进行心理保健、性保健与避孕、预防生殖道感染、纯母乳喂养6个月、产妇和婴幼儿营养等方面的指导。

（中华预防医学会妇女保健分会/更年期保健学组供稿）

白内障的典型症状

□杨 侠

白内障是一种常见的眼科疾病，主要影响晶状体，导致视力下降等多种视觉问题。该疾病在老年群体中较为常见。经过及时诊断和治疗，大多数白内障患者的视力可以得到恢复。

病因和症状

病因 白内障有多种病因，其中常见的与年龄有关。随着年龄的增长，眼内的晶状体会经历一些结构和化学成分的变化。除了年龄因素，外伤也是重要的病因之一。当眼部受到外力冲击或高温热伤等，可能导致晶状体受损，从而引发白内障。此外，某些全身性疾病（如糖尿病）、其他眼科疾病（如葡萄膜炎、青光眼等），以及药物（如长期使用皮质类固醇）也可能增加患白内障的风险。还有一种病因是先天性白内障，通常由基因突变或母体在妊娠期间接触到某些有害物质导致。

症状 白内障最显著的症状是视力下降和视物模糊。这些症状在早期可能并不明显，但随着病情的发展，患者在阅读、写字甚至走路时都会受到影响。除此之外，对比敏感度下降也是一种常见的症状，使得患者在光线不足或过强的环境中难以看清物体。眩光和复视，尤其在夜间或面对强光源时，症状表现更为明显。重症白内障患者还会出现视野缺损，眼痛和眼红等。先天性白内障患儿如果得不到及时治疗，可能影响视觉发育，进而导致弱视。

预防措施

预防白内障要先从日常生活习惯做起。首先，心理健康非常重要，保持心情舒畅和心态平和，有助于身体各系统的健康。其次，用眼卫生同样关键，长时间看电子屏幕，阅读或手工作业会增加眼睛负担。因此，合理的休息和避免过度用眼是预防白内障的有效办法。对于经常需要用眼的人，可以进行热敷和做眼保健操，以缓解眼部疲劳。除了上述因素，慢性病管理也非常重要。糖尿病、高血压病和其他可能影响眼健康的疾病都要得到妥善控制。从事危险性作业时，应做好防护工作。最后，生活中的一些小细节也很关键，比如戒烟、限酒，避免食用过多辛辣刺激性食物，多食用富含维生素C和维生素E的食物（如柑橘类水果和坚果）。在户外活动时，佩戴防紫外线眼镜也是一个好习惯。

从医学角度来看，有多种方式可以预防和缓解白内障。补充维生素C是其中之一，有助于加强眼内微血管韧性，减少紫外线对眼睛的损伤。叶黄素和玉米黄素也是有效的抗氧化剂，可以帮助过滤有害的蓝光，从而预防白内障。有研究表明，维生素E和微量元素硒具有极强的抗氧化能力，可有效清除眼部有害自由基。特别对老年人，每日补硒50微克~200微克，不仅有效预防白内障，还能增强身体免疫力。如果已经患有眼部疾病或全身性疾病（如葡萄膜炎、糖尿病等），需要更加重视预防白内障。

（作者供职于青岛市黄岛区区立医院）