

科教基地建成启用 “南医大口腔”推进医、教、研发展再“升级”

文/陈辉 方小艳 刘梦圆 连敏纯
图/医院提供

8月16日,南方医科大学口腔医院(广东省口腔医院)科教基地建成启用(以下简称“南医大口腔”)。

科教基地位于南医大口腔盘福院区,总面积15267.27平方米,集医疗、教学、科研、保健于一体的综合服务保障基地,基础设施完备、功能布局合理、仪器设备一流、区域环境优美,为口腔医学创新发展、高水平口腔医学研究、人才培养以及临床医疗特别是口腔特需医疗服务和技术创新打下了坚实的基础。

“南医大口腔”党委书记黄治才在启用仪式上表示:“在医院高质量发展新征程上,我们坚持以高质量党建引领高质量发展,走出一条医、教、研、防统筹兼顾,一体推进,互为促进的发展之路,心怀‘国之大者’,落实立德树人根本任务,扎实推进医教研防协同发展,充分发挥科教基地优势,使之成为培养高水平口腔医学人才的摇篮、科学研究成果产出和成果转化的富矿、引领临床医疗技术创新发展的高地,为服务于建设健康中国、健康广东的战略目标做出新的贡献。”

南方医科大学副校长马骊出席启用仪式时代表大学寄语“南医大口腔”,要深入推进医教研一体化发展,强化教学能力提升,促进科研水平提升,推动医教研协同发展。并表示,学校将全力支持口腔医院建设,汇聚全校资源,助力医院加快建成国内一流的高水平口腔医院,推动医院发展再上新台阶。

医疗 “一站式诊疗”解决口腔疑难杂症,改善患者就医感受

暑期正值孩子们看牙高峰。在很多人的印象中,孩子牙齿不整齐挂“正畸科”,有烂牙挂“牙体牙髓科”就行了。其实不然。对于部分疑难复杂病例,患者可能同时有智齿、缺牙、烂牙等多种问题,涉及正畸、颌面外科、修复等多个专科。

对此,过去患者要在不同专科之间往返奔波,但这一难题现在被终结了。在“南医大口腔”的特需医疗中心,上述问题可以得到“一站式”解决。

佛山15岁女孩小敏从小因反复龋齿,是当地医院口腔科的常客。由于疫情期间没及时就医,她的

龋齿非常严重,牙根处甚至出现了多个囊肿。当地医生感到十分棘手,建议她到“南医大口腔”就医。

初秋的阳光透过落地窗洒在医疗中心的走廊上,鹅黄色的窗帘和原木色的诊台衬着洁白的诊室,明快而温暖,驱散了小敏对看牙这件事的恐惧。小敏躺在牙椅上,先后有儿童牙病专家、外科专家、牙髓专家来到诊室为她检查。几位专家经过讨论后,形成下述治疗方案:以微创为原则,给小敏慢性发炎的4个上前牙重做根管治疗;最后一次治疗补牙的同时进行显微根管手术,拿掉其中2个牙根方的囊肿;

观察3个月,进行前牙的美学修复。医生们认为,经过这样一揽子方案,小敏就可以拥有一口健康、美丽的牙齿了。

挂一次号,可以得到多个专科专家的诊疗服务,小敏的爸爸对“一站式诊疗服务”十分满意。

“过去是病人去找各专科医生,现在是病人不动,各专科医生过来找病人。”据“南医大口腔”副院长徐淑兰介绍,中心出诊专家由资深专家团队构成。专家通过轮流坐诊方式为患者提供高质量医疗服务。针对口腔疑难杂症,中心内多专科联合协作,为患者量身定制最佳治疗方案,真正实现了让患者少跑路、多省心。

近日,国家卫生健康委、国家中医药管理局印发《改善就医感受提升患者体验主题活动方案(2023—2025年)》,围绕患者就医全过程提出具体举措,进一步增强人民群众就医体验、幸福感、安全感。

“此次特需医疗中心开诊,标志着医院优质医疗资源供给能力迈上新台阶,满足患者多样化的就医需求。同时也是提升医疗服务质量,改善患者的就医感受的具体举措。”徐淑兰说。



南方医科大学口腔医院科教基地建成启用仪式

科研 引领华南地区口腔医学创新发展,未来可期

创新,是医院和学科高质量发展的长远驱动力。此次挂牌的广东省口腔医学研究院盘福科研基地就位于“南医大口腔”的盘福院区。

“我们的科研来自于临床需求,也要服务于临床。”“南医大口腔”副院长龙泉接受媒体采访时介绍,在过去,患者来看牙,从设备、仪器,到耗材基本都是进口品牌,这样会导致就医费用高,还会出现“卡脖子”问题。而现在,越来越多设备、仪器、耗材已经国产化,而且质量不逊色于进口品

牌,科研的作用功不可没。

据了解,邵龙泉团队主导研发氧化锆瓷块系列产品,高强度低模量亲水种植体系统,突破了国产材料研发和生产的关键技术壁垒,解决了我国口腔生物材料受欧美国家技术掣肘的问题,大大降低了患者的治疗费用,且已经走向世界,有60多个国家都在使用该系列产品。

科研创新与每个家庭的康、幸福息息相关。很多广东的小学生会从学校带回家一张通知单,提醒家长带孩子接受免费的窝沟封闭治疗,这个治疗可大

大降低龋齿的发生率。“南医大口腔”黄少宏团队主导的儿童龋病专业防控管理体系,推动了广州、深圳、东莞、珠海等地儿童免费窝沟封闭项目启动,成为当地医改的重大公共卫生项目,形成儿童龋病防控的“广东模式”。

2017年医院挂牌成立广东省口腔医学研究院,围绕国家和区域口腔卫生事业发展需求,瞄准关键技术和关键问题,打造促进科技成果转化应用的高端平台,并已结出累累硕果,先后获得广东省科技进步奖、广东医学科技奖等。



温馨的就诊环境

教学 厚积人才“软实力”,构建高质量发展“硬支撑”

“南医大口腔”充分认识到,厚积人才是“软实力”,但这个“软实力”却是构建高质量发展的“硬支撑”。

2022年,“南医大口腔”承接了南医大口腔医学院的建设任务,学科建设稳步推进。

南医大口腔医学院黄少宏院长介绍,学院拥有一支不脱离临

床、师德师风良好,数量充足、结构合理、教学科研出色的专业教师队伍,目前医学院共有218人取得教师资格证,每门课程都配备十多名教师,还有一批年轻的后备队伍,持续为教师队伍注能蓄水,补充“新鲜血液”。

为了给学生充足的实践机会,口腔医学院硬件设施升级,

1500平方米的教学基地有模拟诊断实验室、仿头模实验室、综合技能实验室等多个教学实验室。完善了口腔基础教研室、口腔内科教研室、口腔外科教研室等6个教学机构,配备先进、高端的全新教学设施设备,提高教学能力和水平。

口腔医学院拥有国家一流本科专业建设点、广东省攀登重点学科和广东省优势重点学科,拥有博士学位授权一级学科和硕士学位授权一级学科,以及博士专业学位授权点和硕士学位授权点,博、硕士研究生导师89人,建立健全学科建设组织架构,已成为引领华南地区口腔医学创新发展的高水平口腔医学研究和人才培养基地。

教学树人广育英才。此次,教师教学发展中心正式成立将助力“南医大口腔”培养优质的口腔医学人才,为口腔医学的发展“提速”。



科研基地

立秋后 不可一味清热,宜润肺防燥

羊城晚报记者 张华 通讯员 李朝 金小沐

岭南立秋,盛夏暑气并没消退,有时高温炎热天气甚至会“反扑”而来,即所谓“秋老虎”发威。因此,广东省中医学、广东省第二中医院吕雄教授建议,在立秋后,市民既要防暑降温,又要开始注意润肺防燥,切不可像盛夏那样一味清热解暑,以免伤了脾胃。

岭南秋季来得迟,慎防“秋老虎”发威

中医所讲的四季养生,就是指适应春夏秋冬的季节更替,“适其之气”。就拿南方城市广州来说,一年四季不分明,气候属于长夏无冬,秋春相连。立秋之后,对岭南地区来说,远没有像北方那么明显地感受到“秋”的味道。因此,市民仍要防暑降温,尤其是随着降水逐渐减少,气温逐日升高,立秋之后可能还会出现高温晴热天气,即通常说的“秋老虎”。

吕雄提醒,市民在立秋之后还要注意防暑防晒,气温较高(超过

32℃),较易中暑,应注意避免长时间在日光下暴晒或在高温环境中工作,以免中暑。

清热不宜过度,以免伤了脾胃

一般来说,连续5日的平均温度在22℃以下,才算真正秋天的时节。目前,广东的气温大多保持在30℃以上,仍然炎热。气象资料表明,这种炎热的天气,往往要延续到9月中下旬,天气才真正凉爽起来。

“立秋初期,暑气未消,但其间杂着肃秋之气。形象一点说,目前是夏季向秋季的过渡阶段,大约有2/3是暑气,1/3是秋气。”吕雄说,因此,在初秋这段时间不能像盛夏那样一味清热解暑,像木棉花、夏枯草、野菊花等食材都不宜用太多,以免损伤脾胃功能。另外,也不可过份依赖空调、冷饮,否则会伤害体内的阳气。

入秋微燥,宜润肺清燥

这段时间,空气会逐渐变得干燥,“燥易伤肺”,人往往会觉得咽干舌燥,自然想多喝水。但很多时候,为什么越喝越干,越喝越渴?吕雄说,口干多喝水,这是常理,可喝水太多也会伤脾胃,白开水属于“阴湿”,容易越喝越渴。

因此,吕雄建议,在饮食上宜以滋养津液、健脾益气为主,可适量饮淡茶(以乌龙、铁观音为宜)、豆浆、莲子百合糖水等,并适当选食能够润肺清燥、养阴生津的食物,如梨、荸荠、柿子、百合、银耳等,也可适当食用芝麻、糯米、粳米、蜂蜜等柔润食物,以益胃生津,少吃辛辣、油炸等食物。

入秋之后,因人体阴精阳气正处在收敛内养阶段,也不宜立即进补。专家认为,在作息上尽量早睡早起。秋天阴气增、阳气减,为了贮存体内阳气,应少熬夜,保证良好的睡眠以“养阴培元”。

推荐生津润燥食疗方

沙参麦冬汤

材料:北沙参10克,玉竹10克,麦冬10克,扁豆10克,瘦猪肉500克。
制法:将北沙参、麦冬洗净;猪肉洗净切块。把全部材料一齐放入锅内,加清水适量,武火煮沸后,文火煮2小时,调味即可。
功效:清养脾胃,生津润燥。

莲子百合木瓜汤

材料:莲子50克,百合30克,木瓜、牛奶适量,冰糖少许。
制法:莲子泡发,银耳泡发撕小块。将莲子放入锅中加水煮沸,再用文火煮半小时,放入牛奶和木瓜,最后放入百合、冰糖。



图/视觉中国

反酸、烧心? 内镜微创手术可治疗胃食管反流

羊城晚报记者 张华 通讯员 王舒慧



图/视觉中国

57岁的孙阿姨只要躺下平卧,就会觉得烧心,平时饮食上一沾姜蒜就会胸口疼痛。近三年来,她因为反复烧心、胸膈后疼痛导致夜不能寐,随着病情加重,她的睡眠质量也愈发下降,严重影响了生活质量。

长期胃食管反流,治疗后终于睡了个好觉

为了治病,孙阿姨看了很多医生,做了很多检查,后被确诊胃食管反流病,但吃了许多西药和中药,效果均不佳。长期受疾病困扰,孙阿姨体重不断下降,人也憔悴了许多。

近日,孙阿姨在街坊朋友的介绍下到广东省第二人民医院(以下简称“省二医”)消化内镜中心治疗。经过仔细地询问病史和查体,该中心主任梁彪建议其做内镜检查,评估疾病的严重程度。

第二天,孙阿姨在省二医消化内镜中心进行无痛胃镜检查。消化内镜中心副主任

杨小乔在检查中发现孙阿姨的食管黏膜尽管没有损伤,但贲门有较明显的松弛,考虑其为“内镜阴性的胃食管反流性疾病”,最终找到了造成孙阿姨平时反酸烧心的真正原因。

根据检查判断,杨小乔副主任随即为她实施内镜下贲门缩窄术。术后胃镜检查,孙阿姨原本松弛的贲门重新变得紧致。手术完成几分钟后,孙阿姨便从麻醉中醒来。术后第二天电话随访,孙阿姨高兴地对医务人员说,昨晚是她三年来睡的第一个踏实觉。

胃食管反流病,多为贲门松弛

胃食管反流病听起来陌生其实离我们很近。据统计,超过1亿6千万中国人有胃食管反流病,相当于每8个人中就有一人被不同程度的反流症状困扰。

梁彪主任表示,这个疾病典型的症状是烧心、反酸。烧心主要是胃和胸口有灼热的感觉,有胸痛,上腹不适;反酸则是喉咙周围及口腔内感觉有酸味,有时甚至会感到胃内食物反流,容易嗝气、打嗝和咳嗽。

“临床发现,大多数胃食管反流病是因为贲门收缩压减低所致,可分为内镜下阳性或内镜阴性病例。”梁彪主任提醒,出

现烧心、反酸等症状应尽早检查确诊。

如何治疗因为贲门松弛引起的胃食管反流病?专家指出,内镜下贲门缩窄术是一种选择,利用套扎器对食管结合部黏膜进行套扎,术后数天套扎环脱落,局部形成溃疡,溃疡愈合后形成瘢痕,疤痕挛缩使贲门缩窄,从而达到增加食管下括约肌的压力、防治反流的目的。与传统的内镜下抗反流手术相比,内镜下贲门缩窄术具有接近无创伤,安全性高,术后恢复快,治疗费用低,疗效明显的优点。

龙眼正当时 睡眠不好的人要这样吃

羊城晚报记者 陈辉 通讯员 刘艾婷 刘庆钧

近期正是龙眼上市的季节。龙眼既是水果,又是中药材,具有养血安神,补益心脾的功效,用于健忘失眠等。龙眼该如何吃?吃了喉咙痛是怎么回事?听听广州中医药大学第一附属医院吴伟教授怎么说——

新鲜龙眼每天吃10-15颗为宜

吴伟介绍,龙眼药食两用,鲜龙眼清甜可口,桂圆肉则更加侧重滋补,现代龙眼肉更是应用炭火焙或电炉烤,使之药性变得更为温补,甚至兼有补气温阳壮阳之功。也难怪一些朋友服用龙眼肉觉得上火,咽喉痛之症。

因此,在食用龙眼时应该注意不可多食,因为它的性质温补,其中含有大量的糖分以及维生素。糖尿病患者摄入过多,也容易引起血糖升高,少量一二颗则无妨。如果身体正处于“上火阶段”、咽炎、咳嗽期间就不能吃

龙眼。阴虚火旺、湿热内蕴、腹胀满者也应少用或不用。正常人一天吃多少龙眼合适?如果是新鲜龙眼,一天吃10~15颗为宜,最多不宜超过20颗;如果是桂圆肉,5~10个就差不多了。

龙眼食疗方推荐

- 桂圆红枣枸杞茶**
材料:桂圆肉5克,红枣2颗,枸杞子5克。
制法:红枣去核,与桂圆肉、枸杞一同放入杯中,加沸水冲泡10分钟,放温饮用。
功效:补血明目,养颜护
- 长夏心脾两安汤**
材料:桂圆肉20克,新鲜莲子50克,猪脊骨500克,生姜3片。
做法:将上述材料洗干净后

一同放入砂锅中,大火烧开后关中小火煲1个小时,加盐调味即可。
功效:补益心脾,安神益智。
适合人群:心脾两虚者,常见心悸怔忡、失眠多梦、健忘、食少腹胀、疲倦乏力等症。



图/视觉中国