

“老掉牙”是正常现象吗？老年人健牙护齿，有哪些需要重点关注的要点？今年9月20日是第36个“全国爱牙日”，专家提醒口腔健康是全身健康的重要组成部分，不仅影响咀嚼、发音等生理功能，还与脑卒中、心脏病、糖尿病、消化系统疾病等有密切关系。

文/姚梓婷 图/受访者提供



预防口腔疾病需养成良好的口腔卫生习惯

如何让健康牙齿陪你到老？

口腔专家为老年人护牙画重点

「老掉牙」并不是正常现象

71岁的陈婆婆（化姓）因为全口牙齿松动、牙龈肿痛数月，每天都只能吃流食。无奈之下，她来到东莞健牙口腔医院就诊。医生检查发现，陈婆婆全口牙龈红肿增生，多颗后牙松动Ⅲ度，还伴有严重的口气。拍片检查发现，陈婆婆大部分牙齿的牙槽骨被严重吸收，只剩不到1/3了。

医生询问了解到，陈婆婆患有高血压，一直在服用地平类降压药和抗凝药，从未看过牙齿，也没有到医院做过洁牙。医生表示，陈婆婆患有严重的牙周炎，牙周炎是由牙菌斑生物膜导致的牙齿周围软硬组织的破坏，是世界上第六大最常见的慢性疾病。早期会引起牙龈炎症出血，慢慢出现牙槽骨吸收，严重的出现牙齿松动移位，甚至牙齿脱落。

据该院牙周黏膜科主任曹正国介绍，根据2015年第四次全国口腔流行病学调查，在65至74岁人群中，牙周炎的患病率为64.4%，重度牙周炎的发病率高达43.5%，还有4.7%的人因为牙周炎而失去了所有的牙齿。牙周炎如果没有及时治疗，会加速牙床的牙槽骨吸收，导致牙齿脱落，从而造成说话、咀嚼和吞咽困难，严

重降低生活质量，导致消化不良、营养缺乏。此外，重度牙周炎造成的全口大多数牙缺失还会影响老年人心理健康。

曹正国指出，老年人常见的全身性疾病如糖尿病、心脑血管疾病、呼吸系统疾病、慢性肾病、类风湿关节炎、阿尔茨海默病等与牙周炎之间存在双向关系，即牙周炎会增加这些疾病的患病风险，反过来这些全身性疾病也会促进牙周炎的发生和发展，还会相互影响治疗效果。而且患有牙周病的人患癌的风险整体高出1至1.55倍。

不少老年人认为，“老掉牙”是正常现象，真的是这样吗？对此，曹正国表示，人的牙齿不会因为衰老而脱落，而是由于各种口腔疾病导致的，因此老年人更应关注口腔健康，积极防治牙周炎。要做到每天至少刷牙两次，饭后及时漱口，并用牙缝刷清洁牙间隙，最好能每年定期进行口腔检查和洁牙。如果出现牙龈红肿、刷牙出血、持续性口臭等问题，这些都是牙周病的信号，需要警惕，应及时就诊，千万不能一拖再拖。如果患有牙周炎，一定要到牙周专科医院检查，并接受系统的牙周治疗。

关注老年人口腔黏膜变化

李伯今年69岁，由于牙齿脱落过多，需常年佩戴义齿。最近两年，他总是感觉义齿戴不稳，进食时义齿边缘经常会摩擦到周围的黏膜，引起疼痛。为了不麻烦家人，陈爹爹一直忍着没说，直到近日痛得影响吃饭说话了，他才在家人的陪同下前往东莞市人民医院普济院区口腔科就诊。

该院口腔科副主任医师罗焕娣检查后，发现在其义齿摩擦的黏膜部位出现了溃疡，质地发硬。一周后，病理报告显示为口腔鳞状细胞癌，需要尽快手术切除。

据罗焕娣介绍，老年人是口腔黏膜病的高发人群，一方面是由于老年人机体免疫功能降低，各种口腔病原微生物的致病性随之增强，容易诱发各类口腔黏膜感染性疾病；另一方面，随着老年人口腔黏膜的增龄性变化，黏膜屏障功能和清洁功能均有不同程度的下降，容易诱发口腔溃疡、口腔黏膜炎、口干症等疾病。此外，由于老年人的牙齿常年磨耗，常出现具有锐利边缘的残根、残冠，加上部分老年人佩戴的义齿不合适，这些局部刺激因素容易对口腔黏膜造成创伤，

形成创伤性溃疡。除了引起疼痛不适症状外，经久不愈的溃疡还会有癌变风险。

值得关注的是，在遗传、免疫、烟酒刺激等因素的共同作用下，口腔癌在老年阶段的发病率明显升高，严重威胁老年人的身心健康与生命。在口腔癌的形成过程中，口腔黏膜癌会出现一系列具有癌变风险的病变，包括口腔白斑、口腔红斑、口腔苔藓样病变等癌前病变或潜在恶性疾病。如能及时发现和早期诊断、干预，可有效降低老年口腔癌的发生率与死亡率。

罗焕娣表示，对于老年人而言，口腔黏膜健康与牙齿健康同样重要。为了保持老年人口腔黏膜健康，应做到以下几点：保持口腔卫生习惯，维持口腔清洁及湿润环境；适度锻炼，均衡营养饮食，提高机体免疫功能；及时去除口内的残根残冠，更换或调改不合适的义齿，避免对口腔黏膜的长期刺激与创伤；定期进行口腔检查，如发现口腔黏膜的异常表现，应及时明确诊断并积极干预，预防口腔癌前病变及口腔癌的发生。同时，家庭与社会应给予老年人更多的关爱，帮助老年人保持口腔健康。

全身健康要从“齿”开始

口腔是全身器官的一部分，口腔疾病不仅影响口腔器官功能的发挥，也可引起或加重全身其他器官的病变，对全身健康造成明显的影响；而全身系统性疾病也可累及口腔，在口腔出现各种表征。专家表示，口腔健康、全身健康，要从“齿”开始。预防口腔疾病，可从日常生活细节做起，养成良好的口腔卫生习惯，全生命周期守护。具体可掌握以下方面：

1. 控制致病因素。去除牙菌斑，保持口腔卫生，刷牙是最有效的方法，每天至少早晚刷牙两次，每次至少3分钟，推荐使用含氟牙膏和软毛牙刷。

2. 减少危险因素。控制糖的摄入，防止发生龋齿，这是预防牙病的关键之处。

3. 定期进行口腔检查。每年至少进行1至2次口腔检查、洁牙，及时发现并处理口腔问题。

4. 纠正不良习惯。避免用牙齿咬过硬的东西，避免食用过冷过热食物。

5. 增强免疫力。保持充足的睡眠，均衡饮食，适当锻炼，增强免疫力。

6. 避免外力损伤。注意保护牙齿，避免受到外力撞击。

广科一本硕
双学位项目开学

羊城晚报讯 记者余晓玲报道：近日，广东科技学院与英国邓迪大学联合培养工商管理专业本硕贯通班（以下简称“贯通班”）开学典礼在广东科技学院东莞南城校区举行。英国邓迪大学校长伊恩·格里斯佩（Iain Gillespie）、中国区主任袁知，南博集团总校长、澳门中西创新学院校长仲伟合，广东科技学院院长梁瑞雄，南博集团国际教育事务部副校长、广东科技学院常务副校长周勇等领导嘉宾及教师代表、贯通班全体学生参加了典礼。

据介绍，贯通班学生将在广科学习3年，成绩合格并达到邓迪大学相关要求后，赴邓迪大学学习1年，成绩合格后，获得广科本科毕业证书、学士学位及邓迪大学硕士学位。贯通班项目是专为国际工商管理领域设计独特的人才培养方案，已形成包含通识教育、学科基础教育、专业必修课、专业选课、专业任选课以及应用创新实践环节在内的完整课程培养体系。

梁瑞雄表示，中英联合培养本硕贯通班标志着南博集团、广东科技学院在国际化教育的道路上又迈出了坚实的一步。该项目将整合邓迪大学与南博集团、广东科技学院的优质教育资源，使同学们接受多元化教育，拓宽国际化视野。他希望同学们能够珍惜此项目提供的学习平台和发展空间，成为文化交流的使者，为未来奠定基础，为学校的发展和国家的繁荣贡献力量。

伊恩·格里斯佩介绍了邓迪大学相关情况，鼓励同学们努力学习、抓住机会，在东西方两种教育系统中不断提升自己，为将来继续深造或进入职场做好充分准备。他相信贯通班的全体同学作为两校联合培养的开拓者，必将在社会中脱颖而出。

仪式上，伊恩·格里斯佩、梁瑞雄分别为贯通班全体同学颁发了邓迪大学预录取通知书和纪念品。在随后的说明会上，袁知对“英国邓迪大学—广东科技学院3+1本硕双学位联合培养项目”进行了答疑。

技术攻坚解难题
高效建设迎新生

近日，由中建二局一公司承建的深圳市高中级中学高中园（有高中）项目A1教学楼及宿舍楼迎来第一批新学子。该项目是深圳市政府、市教育局规划的重点民生工程，自2023年8月正式进场施工，面对基础条件复杂、工期紧迫的双重挑战，项目团队迎难而上，技术先行，为学校的如期开学奠定了基础。

按照图纸要求，项目宿舍楼建设中存在的温度后浇带问题，需要在两个月后选择气温低的天气采用强度等级高一级的微膨胀混凝土浇筑并振捣密实；并且由于该区域架体占用地下室功能房间及行车道路，阻碍地下室施工进度和材料运输，制约了现场进度和后续精装修施工。

为实现工期履约，项目成立技术攻坚小组，经过探讨提出跳仓递推法施工方案，有序间隔7天浇筑协同混疑土区块，并优化混凝土配比、严格施工控制及后续温控、养护措施，不仅符合设计及规范标准，还满足了裂缝控制要求。结合快易收口墙与特定部位止水钢板、防水附加层协同作业，确保防水与结构安全。

该方案不仅满足了严格的设计与规范要求，还可以取消回顶架体，降低材料租赁与人工、损耗等费用，更为项目节省了宝贵的45天工期，大大减少施工周期。

（杨文 胡凯林）

完善廉政档案
精准有力监督

“这份廉政档案的近亲属情况填写不完整，请及时补充完善……”“领导干部亲属任职情况必须如实填报，不能隐瞒虚报……”近日，中建二局一公司华南分公司纪委在更新党员领导干部廉政档案时，及时提醒相关人员对档案填写不规范的地方进行修改。

廉政档案是动态反映党员领导干部廉政情况的重要载体，亦在问题线索研判、推进政治监督等方面发挥愈来愈重要的作用，成为精准有力监督的重要保障。

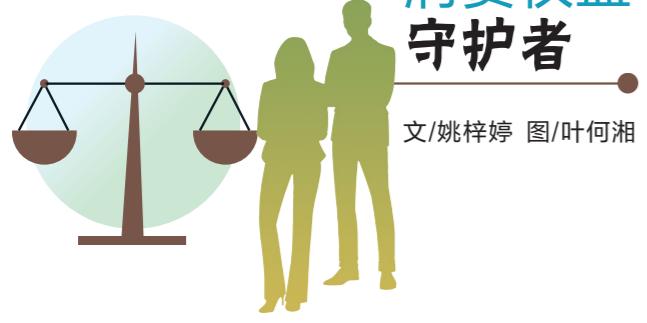
华南分公司把建立健全党员领导干部廉政档案作为开展日常监督的重要抓手，进一步明确了廉政档案建档要求，统一填报说明，规范填报方式；坚持应建尽建、全面覆盖原则；首次建立电子廉政档案，实行“纸质档案+电子档案”同步建档管理及动态化管理，及时掌握领导人员廉洁从业、履行党风廉政建设责任状况，为抓监督、转作风、肃纪律提供了重要支撑。

“今年以来，共动态更新廉政档案251份、新建廉政档案69份，把握好‘树木’与‘森林’的关系，推进廉政档案建立、管理和运用，坚决防止‘带病上岗’，也是推进政治监督的有力手段。”华南分公司纪委主要负责人如是表示。

（杨文 程虹）

消费权益 守护者

文/姚梓婷 图/叶何湘



核查实验数据、评估药品质量情况、监控药品生产环境……这是东莞国药集团药材有限公司生产部副经理伍宝琴的日常工作。每天上午8时，她都准时出现在办公室，伴随着空气中弥漫的浓厚药材香，开启一天繁忙的工作。

这份工作单调琐碎，却来不得半点疏忽，严把质量关是重中之重。“药是要吃进肚子里的，一点都马虎不得。”伍宝琴常说，她从事中药饮片生产质量管理16年，一直严把药品质量关，保障群众用药安全有效。近日，羊城晚报记者对话伍宝琴，一起了解她与消费者权益保护的故事。



公告·声明·启事

遗失声明

东莞红土创业投资基金管理合伙企业（有限合伙）遗失华夏银行股份有限公司东莞分行的开户许可证，核准号：J620087195101，账号：1485000000548656，特此声明作废。

遗失声明

徐臻遗失律师执业证，证号：2019331033028219950303037，声明作废。

遗失声明

叶奕辰遗失《医师资格考试报名暨授予医师资格申请表》，声明作废。

遗失声明

阳江思瑞特农业科技有限公司遗失公章，编码：4408234054505，现声明作废。

遗失声明

廖威威、刘桂梅遗失广州市白云区太和镇如意花都小区第3栋107铺房钥匙，现声明作废。

遗失声明

东莞市艾优盛网络科技有限公司遗失公章一枚，需刻制，特此声明原公章作废。

遗失声明

乳源瑶族自治县石方工程有限公司遗失公章一枚，现声明作废。

遗失声明

中铁置业集团济南有限公司遗失公章一枚，现声明作废。

遗失声明

关于中铁置业就土地使用权办理过户手续事宜的公告。

东莞市唯美陶瓷工业园有限公司，我们在2024年1月25日函告黄君于当月29日前配合办理结算确认手续，但贵司收件后未予书面回复。现我司已向贵司发送《关于办理结算手续的函》，请贵司于收到之日起10个工作日内向我司提交相关资料，以便我司及时完成结算手续。

遗失声明

中铁置业集团济南有限公司遗失公章一枚，现声明作废。

遗失声明

乳源瑶族自治县石方工程有限公司遗失公章一枚，现声明作废。

遗失声明