



口腔健康 全身健康 —— 全生命周期守护·让健康从“齿”开始

服务最美夕阳 护航口腔健康

“2024年盐城市老年口腔诊治职业能力竞赛”成功举办

□仇阳琴 记者 姜琰 周峰华

9月21日至22日,由盐城市卫生健康委员会主办,盐城市口腔医院承办的“2024年盐城市老年口腔诊治职业能力竞赛”在盐城市口腔医院成功举办,全市11支代表队参加了比赛。盐城市卫生健康委员会党委委员、四级调研员徐进,盐城市口腔医院党总支书记马凡参加活动并讲话,9位来自省内各大医院的专家现场执裁。



“口腔健康是全身健康的基石,是反映一个国家或地区居民身心健康、文明水平的重要标志。”马凡在开幕式讲话中提到,与其他年龄段人群相比,老年人口腔问题更复杂,口腔卫生服务需求更大。近年来,市口腔医院高度重视老年口腔健康工作,组织临床专家进社区、进乡镇开展口腔宣教及义诊活动,多次成功申报立项省级老年健康科研项目,将高质量发展作为积极应对人口老龄化的重要目标贯穿始终。她希望参赛选手用精湛的技艺和出色的成绩,真正做到“以赛促学、以学促用”,将所学知识和技能运用到实际工作中,为老年人的口腔健康事业贡献自己的力量。

“随着人口老龄化的到来,老年口腔健康问题是我们的口腔医生必须面临的实践课题。”盐城市口腔医院赵会文医生作为参赛选手代表进行了发言,她表示此次老年口腔技能竞赛为口腔医生搭建了一个交流展示的平台。希望通过此次比赛,能够发

现自己不足之处,更好为患者口腔健康服务。南京大学医学院附属口腔医院翟家彬医生作为裁判代表发言,他表示将遵守规则、公平执裁,尽职尽责做好裁判工作。

本次比赛分为笔试和技能操作展示两部分,不仅考察医生的基础理论知识,更对技能操作规范化提出了更高的要求。比赛紧张而激烈,每位参赛选手都一丝不苟认真答题,认真操作,充分将理论与实践相结合,展示了自己扎实的业务能力、精湛的业务技能。经过一天半的比赛,15名选手最终获得个人一、二、三等奖和优秀奖,11支参赛队伍分获团体一、二、三等奖和组织奖。

赛后,南京大学医学院附属口腔医院修复科俞青主任对本次比赛进行了点评,他表示通过比赛,可以看出选手们都很重视,作了充分的准备,因而在比赛中体现了较高的诊治能力水平,但比赛中也暴露出一些问题,值得大家关注,需要进一步去学习,以提高基础医疗水平。他提到,

近几年来,盐城口腔诊治技术水平不断上升,这点值得肯定,相信今后会更好。

徐进在比赛最后作了总结讲话,他表示,口腔健康是身体健康的基础,与其他年龄段相比,老年人口腔疾病发生的概率更高,并且与全身系统性疾病的关系更为密切,严重影响老年人的身体健康和生活质量。本次比赛,参赛选手用精湛的技能和出色的成绩,展现了新时代盐城老龄健康工作者的工匠精神,同时他也希望各地卫生健康部门和参赛选手以本次竞赛为新的起点,以老年人健康为中心,探索创新,不断提升老年口腔健康服务水平。

据悉,本次职业能力竞赛,不仅是技术水平的集中展示,更是促进技术交流,选拔人才的重要平台。通过比赛,将进一步激发广大口腔医务工作者的学习热情,提升专业技能水平,促进口腔医疗技术的传承与创新,为推动我市口腔医疗事业的高质量发展贡献智慧和力量。

爱牙小贴士

护牙必知常识

下面带大家了解一下护牙的必知常识。

刷牙时间不能少于2分钟,每天至少两次,每三个月换一次牙刷,漱口也是保证牙齿健康的一个好习惯。

在食用过硬的食物时尽量避免过于用力,以免对牙齿造成损伤。过烫、过酸的食物可能会对牙龈产生较为强烈的刺激,所以建议尽量减少食用。儿童可以适当的补充钙质及含氟的食物,对于保护牙齿有一定的辅助作用。

运动也会引起牙齿问题。剧烈运动可能导致脱水,削弱唾液预防口腔疾病的功能,蛀牙、细菌堆积的风险会增大,而且许多运动饮料含有意想不到的糖类和酸类物质可能会破坏你的牙釉质。

口腔预示全身健康。口腔影响着身体的其他各个部位。如果牙龈有问题,那么心脏病患病率比普通高4倍。如果第一颗臼齿相对较矮,而且时有疼痛,就表示消化有问题。

看牙前停用止痛药。有些人经常服用阿司匹林等药物,但会让你在拔牙时大量出血。

牙龈出血是炎症表现,很可能你已经出现了感染。

牙膏中含有的磨料并不都是有害的。很多人认为牙膏中的磨料会损害牙齿。其实,恰恰相反,牙膏中含有的无水硅酸、木瓜蛋白酶等软质磨料,可以抛光并美白牙齿。

吃糖不一定会蛀牙。吃甜食只要及时清洁就没有太大问题。均衡饮食才是健康笑容的关键。常常不吃饭,会导致口腔酸性过大,从而造成蛀牙与牙龈问题。



活动现场 黄一琪 摄