

民生关注

爱牙护齿，你做对了吗？

本报记者 杨超 马忠 周昕

口腔健康是全身健康的重要组成部分。但相对身体其他部位，牙齿健康最容易被忽视，如果牙病没有得到及时治疗，会在牙根部形成感染病灶，还可能诱发关节炎、肾炎、眼病等，不仅如此，口腔疾病的致病菌及其产生的毒素可侵入血液，从而产生相关抗体，加重或引起亚急性感染性心内膜炎、冠心病等20多种全国爱牙日，让我们一起来了解牙齿，审视一下自己还有哪些不利于牙齿健康的习惯，一起来打开爱牙护齿的正确模式。



自治区人民医院口腔科大夫进行种植牙手术。 本报记者 马忠 摄



银川艾齿口腔医院的医生为患者进行牙齿矫正。 本报记者 周昕 摄

牙齿不好 全身遭殃

俗话说“牙好，身体就好”，而“牙不好，就会疾病满身跑”。《第四次全国口腔健康流行病学调查报告》显示，我国居民口腔健康状况并不乐观。

9月6日，在银川瑞德口腔医院，记者碰到了前来就诊的银川市市民王德明。“左侧上牙疼了好多天，前几次疼痛不明显，没有放在心上，一周后牙疼得无法吃东西，脸也肿了。”王德明说。经医生检查，王德明左上第二磨牙龋坏，牙槽骨被破坏，导致慢性根尖周炎发作。医生通过切开引流术及根管治疗，

住住了王德明的牙，但医生表示，牙齿虽然保住，但是牙槽骨已经被破坏，还需长期观察。近日，10岁的小军感觉牙疼，有时还隐隐作痛。母亲带他到医院检查发现，他的乳门牙还没有脱落，恒牙便“迫不及待”地从乳牙后面长出来。医生解释，因为小军的乳牙牙根没有被吸收，恒牙没有足够的空间正常生长，只能从后面挤出来，建议拔掉乳牙，恒牙会逐渐向前移动，回到正确的位置。医生提醒，儿童在换牙期要注意口腔卫生，定期检查牙齿，家长要密切关注孩

子的牙齿变化，一旦发现异常应及时带孩子去看牙医。70岁的王志国最近掉了一颗大牙，便来到口腔医院想种植一颗牙。医生对他进行了健康状况评估，了解他是否有高血压、糖尿病等慢性疾病，并检查了他的牙槽骨质量和数量，以确定是否有足够的骨量来支持种植体。经过检查，王志国符合种植牙的条件，但医生表示，种植牙后需要特别注意口腔卫生，避免吃过硬或过黏的食物，定期复查以确保种植体的稳定性和功能恢复。

这些护牙知识要了解

我国第四次口腔健康流行病学调查结果显示，无论是农村还是城市，龋病的患病率呈上升趋势：5岁组的小朋友里面，10个人中就有近8人有龋齿，而家长和孩子们的爱牙意识、口腔健康知识的掌握率却非常低。

暑期结束，不少家长带孩子到医院给孩子检查牙齿。“护牙健齿是贯穿一生的大事，不同年龄段护齿的重点不同。宝宝还没有长牙的时候也需要清洁口腔，0至3岁时要注意不要形成奶瓶龋。”银川瑞德口腔负责人潘小勇告诉记者，家长要帮助孩子尽早戒除口腔不良习惯，例如咬牙、咬手指、咬嘴唇、用嘴呼吸等；早晚正确刷牙，睡前刷牙尤为重要，并每3至6个月做一次口腔检查，以便及时发现口腔问题。同时，家长要帮助孩子戒掉含奶瓶入睡的习惯，乳

牙没有萌出时，也要为宝宝清洁口腔；牙齿萌出后，家长应用手指缠纱布、手套或小头牙刷每天为宝宝刷牙两次；2岁左右的宝宝一般能够自主刷牙，但还不能独立把牙齿刷干净，父母应该坚持每天早晚两次帮助清洁口腔；3岁至6岁学龄前儿童一定要养成良好的习惯，少吃含糖食品、少喝碳酸饮料，如果出现错颌畸形，应该及时就诊评估。那么，儿童牙齿排列不齐、咬合错位，什么时候可以矫正？自治区人民医院口腔科医生李佳琦表示，如果儿童存在牙列不齐的情况，早期3岁至8岁就要采取正确的方法来矫正。例如，佩戴活动矫正器早期干预，或佩戴固定牙齿正颌矫正器矫正。如果情况比较严重，可以考虑乳牙替换完成后，恒牙期12岁至16岁用拔牙的方式

矫正。李佳琦说，儿童乳牙外伤易发生在幼儿1岁至2岁时期，约占乳牙外伤比例的一半，主要由于1岁至2岁的儿童开始学习走路，运动能力、反应能力等都正处在发育阶段，容易摔倒或撞在物体上造成牙外伤；恒牙外伤易发生于8岁至12岁的学龄儿童，约占外伤的50%至70%。“对于年幼的儿童，家长要加强看护，平时注意增强安全防护意识，过马路要走人行横道，远离暴力行为等外伤因素。在进行轮滑、滑冰、足球等剧烈运动时，做好安全防护，比如戴防护牙托、面罩、头盔等，可以预防牙外伤的发生。”李佳琦说，避免牙齿受到剧烈的外力作用就是最有效的预防牙外伤的手段。

医保看牙全攻略

采访中，看牙的群众普遍关心的另一个问题就是看牙能不能用医保？哪些人可以使用医保统筹看牙？看牙报销的比例是多少？对此，记者采访了我区医疗保障部门。

哪些看牙项目可以报销？牙科方面的费用报销有严格的规定，只有治疗性质的牙科治疗费用才能纳入医保报销范围。已经纳入医保范围的主要有补牙、根管治疗、拔牙以及治疗牙周病、牙龈炎等发生的费用。

哪些不可以报销？牙科修复类、美白类的医疗项目，如烤瓷牙修复、牙齿矫正、

种植牙、牙齿美白等，这些项目都属于医疗美容修复行为，费用通常是经物价部门批准的，属于特需服务费，因此不能医保报销。需要注意的是，牙齿治疗还涉及诊疗、材料、药品等细项。如果治疗所用的耗材或药品等不在医保范围内，那医保也是不报销的，比如补牙时选用了进口材料，那进口材料的费用就需要自费。

看牙如何报销？首先，需持医保卡去医保定点医院就医。如因病情需要且符合住院标准的，可收治住院，除牙齿等费用不能由医保统筹基金支付外，其他费用可按

医保规定进行结算；未符合住院标准的病发生的门诊费用，属于职工医保的可由个人账户按规定予以支付，属于居民医保的可由居民医保统筹基金按规定予以支付。

去年，宁夏将单颗常规种植牙全流程平均费用(医疗服务+种植体+牙冠费用)降至5500元左右，平均降幅在50%左右，并明确全区三级公立医疗机构单颗常规种植牙医疗服务价格全流程调控目标为不超过3800元，二级公立医疗机构调控目标为不超过3420元(均不含种植体费用和牙冠费用)。

他山之石

乌兰察布市：2023年1月起，内蒙古乌兰察布市统一规范整合口腔种植类医疗服务项目价格，对该市各级公立医疗机构口腔种植项目实施政府指导价管理，并确定了单颗常规口腔种植牙医疗服务价格全流程调控目标为3560元(三级)；今年又对新设立的15项口腔种植类医疗服务项目制定了最高指导价，对现行11项用于正颌、修复等其他口腔

治疗类及影像类医疗服务项目价格进行动态调整，并将包括种植体植入费(单颗)、种植牙冠修复植入费(单颗)等22个口腔类医疗服务项目纳入基本医保支付范围。

西安市：将牙髓活力检查、根管长度测量、口腔X线一次成像(RVG)、调合、口腔局部冲洗上药、牙髓摘除术、根管预备、根管充填术、龈下刮治27项口腔类医疗

服务项目纳入基本医疗保险支付范围，职工医保和居民医保都能报销。

烟台市：2024年1月起，烟台市拔牙、补牙、根管治疗、牙周病治疗等可享受职工医保报销，口腔治疗中的部分门诊手术以及各种影像检查、化验等大部分项目也纳入医保报销范围，费用即时结算报销，达到起付标准后，患者只需缴纳个人负担的部分。

新闻热线



古稀之年的李爱昌希望能尽快找到老战友。

“我只知道名字和籍贯，能找到他吗？” 银川七旬退伍老兵在线寻战友

本报记者 秦磊 文/图

“我只知道他的名字和籍贯，能找到他吗？”9月10日，银川市兴庆区天下川西区70岁老人李爱昌找到丽景街道康平社区党委书记郑鑫，希望借助社区力量帮他寻找战友。为了扩大影响面，郑鑫拨打了宁夏日报新闻热线18909599990，求助报社一起帮老人找战友。

李爱昌1976年入伍，那一年，他刚满20岁。因入伍前从事过电工，到部队第二年，他被分到负责架杆、布线的岗位。“就是在那个时候认识了战友杜智民。”李爱昌回忆，杜智民比他长3岁，陕西省渭南市华县人，“我俩一间宿舍，都是年轻轻轻穿上戎装，背景相似、志趣相投，我们无话不谈。”

战友情本已动人，杜智民又以精湛的技术在工作中处处帮助李爱昌，这种亦师亦友的感情更令人难忘：“工作中，他耐心、细致、乐于助人，我从心底佩服他，愿意尊他为老师。”

年轻的“小杜老师”要结婚了，新娘是他同乡。“结婚当天，他和新婚妻子给战友们发了喜糖和瓜子，虽然没有啥仪式，可大家都觉得这场婚礼热闹非凡。”李爱昌说，“新婚洞房就是我们的宿舍，他休了3天婚假，我在外面‘借宿’了3天。”

婚后第三天，新娘归准备回家。那天早晨，杜智民和爱人专门包了饺子，请李爱昌一同用餐。“那天的饺子真香啊，满满的‘家味道’。”这顿饺子让李爱昌记忆犹深。

年轻时总觉得时光太慢，再忆起已是两鬓白霜。

1979年，李爱昌与杜智民分赴不同连队，人生有过交集的两个年轻人越行越远。“自从下了连队，我们就再没见过面。退役后我回到了宁夏，工作、成家，生活安稳，可我心中一直有个愿望，想再和‘小杜老师’见个面。”李爱昌说，20世纪80年代家里没有电话，再加上地址不详，想与“失联”多年的战友取得联系难上加难。“我辗转听说他退役后回了老家，可人海茫茫，怎么寻人？”

“40多年没见了，现在的互联网技术这么发达，我希望能尽快找到杜智民，与他再叙战友情、再话师生谊。”李爱昌期待着。

互动方式

18909599990
18909599991

nrxbdzlx@163.com



扫码进入宁夏日报读者来信微信公众号

益路同行

200多个名额！ 免费为白内障患者“复明”

本报记者 周昕

9月10日，记者从银川进川眼科医院了解到，宁夏残疾人福利基金会联合该院为50岁至80岁白内障患者免费实施复明手术，目前还有200多个名额。

“我做了两次白内障手术，现在右眼视力恢复到1.0，左眼视力恢复到0.8，能看清东西了，特别高兴。”9月10日，59岁的陈女士对记者说，她患白内障多年，今年上半年，听说银川进川眼科医院为适龄老人免费做白内障手术，她先做了右眼手术，8月19日又做了左眼手术，手术过程中没有感觉到不适。据了解，今年宁夏残疾人福利基金会联合银川进川眼科医院，资助750名具有宁夏户籍、符合项目规定且身体条件适宜手术、家庭困难的50岁至80岁的白内障患者，该手术项目截止至12月30日。

截至目前，银川进川眼科医院工作人员已经接收并为符合条件的近500名白内障患者进行了手术。“目前还有200多个名额未被认领，希望有需求的老人及时和医院联系。”该院工作人员说。

相关链接

银川进川眼科医院，地址：银川市金凤区正源南街919号(中海珑湾西门向南100米处)，联系人及电话：0951-4100111，马涛 18309599520。

这事儿帮您问了

错缴水费如何退费

银川市市民王女士询问：我在手机上缴纳水费时，误操作将1000元水费缴到别人账户上了，如何追回错缴的水费？

银川中铁水务集团有限公司回复：如果出现水费错缴需要申请退费，用户可以这样操作：到银川中铁水务营业所，现场填写退费申请表，然后提交居民本人的身份证复印件、银行卡复印件(非居民用户需要提供营业执照、开户许可证、法定代表人身份证复印件)，用户缴费的银行回单，或者是微信、支付宝的缴费截图。如果涉及新旧租户、房产以及第三方之间的缴错费，还需要根据具体情况提交其他证明材料。因缴纳的水费包含政府代收垃圾处理费，如果申请退费的金额已经跨月，那么退费时间会稍长一些。居民如有疑问，也可拨打96666咨询。(跑腿记者 刘惠媛)

女性遭遇职场歧视怎么办

银川市市民李女士询问：我到某单位求职，但单位要求我入职5年内不能生育，这种要求是否合法？

北京大成(银川)律师事务所王昭琪律师回复：该用人单位要求不合法，小李有权拒绝。《中华人民共和国劳动法》第13条规定，不得以性别为由拒绝录用妇女或者提高对妇女的录用标准。《就业促进法》第27条规定，用人单位不得在劳动合同中规定限制女职工结婚、生育的内容。此外，《妇女权益保障法》第43条规定，用人单位不得在进一步询问或者调查女性求职者的婚育情况；不得将限制结婚、生育或者婚姻、生育状况作为录(聘)用条件。因此，女性面对职场性别歧视勇于拒绝，保护好自身的合法权益。(跑腿记者 马忠)

城乡居民大病保险需要单独参保吗

银川市西夏区居民张女士询问：今年2月我因脊柱关节病在成都市某二级甲等医院住院治疗，花费1.68万余元，大病保险报销了4120.33元。我参加了城乡居民基本医疗保险，但没有单独缴纳大病保险费用，为什么还能报销？

银川市西夏区医疗保障局回复：城乡居民大病保险是基本医疗保险制度的拓展和延伸，是对大病患者发生的高额医疗费用给予进一步保障的一项制度性安排。所有缴费参加城乡居民基本医疗保险的群众都是大病保险参保人，不需要单独缴费。大病保险报销也不限病种。参保人在一个医保年度内发生的住院医疗费用，经基本医疗保险按规定支付后，累计个人负担的合规医疗费用达到大病保险起付标准部分，将自动纳入大病保险报销范围。(跑腿记者 周昕)

图说万象



指尖何时能再“轻”点？

近日，记者在银川市兴庆区某社区看到，大门口“整治”指尖上的形式主义”为基层减负举措窗口”的告示牌与旁边竖着的二维码“矩阵”挂图形成鲜明对比。一个单位一个二维码，一个申请扫一个二维码……这些二维码是否可以合并，让群众“指尖”更轻松？ 本报记者 杨超 摄