

提个醒



加强儿童日常口腔护理

新华社杭州9月19日电 (记者张晔洁)9月20日是第35个“全国爱牙日”。专家提醒,儿童时期是养成良好口腔卫生习惯的关键时期,家长应加强对儿童日常口腔护理的关注,帮助孩子建立良好的口腔清洁护理习惯。

“龋病、牙龈炎等是儿童常见口腔疾病。儿童乳牙矿化程度低,抗龋能力弱,第一恒磨牙窝沟点隙多,易发龋坏,同时儿童食物呈现软、粘、含糖量高等特点,牙齿自洁能力较弱,儿童在牙齿清洁方面的学习需要家长帮助和监督。”北京大学口腔医院口腔预防保健科主任医师荣文笙在近日于杭州举办的儿童口腔健康有关活动中说。

专家认为,应关注不同年龄段孩子牙齿生长变化特点,实行分龄精细化口腔护理,在无牙、乳牙萌出、乳牙列建立、乳牙替换、恒牙列建立等不同阶段采取不同口腔护理方式。

荣文笙指出,儿童日常口腔护理包括口腔清洁、刷牙、漱口等。家长应重视孩子长牙前的口腔清洁和乳牙萌出后的牙齿清洁,可使用消毒的纱布和温开水帮助清洁。孩子上颌或下颌萌出4颗乳牙时,家长可使用刷毛软硬适中、顶端磨圆的牙刷帮助孩子刷牙,控制牙菌斑。需要注意的是,不同年龄段儿童使用儿童含氟牙膏用量应当有所区别。



日常生活中,我们如何保护牙釉质

牙齿最外层叫牙釉质,它是一个半透明的结构,内侧叫牙本质,呈淡黄色,这也是健康牙齿为什么会是淡黄色的原因。越健康的牙釉质钙化程度越高,其硬度也越高,这样的牙釉质更透明,所以深部的牙本质的颜色也更容易透过其而呈淡黄色。

如果失去了牙釉质,我们的牙齿就会失去保护,牙釉质是不可再生的。自恒牙萌出的第一天起,人体牙釉质就在缓慢消耗,细菌酵解食物中的糖类物质释放出酸以及酸性饮料,都会加速它的消耗。一旦牙釉质的防线被突破,整颗牙就像失去了保护伞。

牙釉质主要的成分是羟基磷灰石晶体,其排布非常致密,可以让牙釉质坚如磐石。那么,在日常生活中,我们应该如何保护牙齿、保护牙釉质呢?

为防止牙齿受到腐蚀,吃完高糖食物后最好立马漱口或刷牙,不要长时间含着糖果;喝完红酒后漱口,因为红酒中的酸性物质可软化牙齿珐琅质,导致牙齿变黄。其中单宁甚至可残留于牙釉质细小裂缝中,进而聚集细菌,导致龋齿;刷牙不要太用力,刷牙用力过猛不仅会导致牙龈过敏,而且还会损害牙釉质,增加龋齿风险。如果刷牙爱使劲,最好选择软毛牙刷;不要太经常咀嚼冰块,过冷的刺激会伤害牙齿,减少牙的寿命,这样做还会刺激到牙齿内部软组织,引起牙痛;最好每6个月洗一次牙,至少1年看一次牙医。

来源:学习强国

冷空气再次入侵! 本周我州大部地区气温将下降5至8摄氏度

相关部门及公众加强防范 山区或将出现霜冻



本报讯 记者马晓芳报道:这几天,昌吉州大部地区天气晴好,蓝天、暖阳成为昌吉州天气的主旋律。然而,这样的好天气持续不了太久,马上我州大部将迎来降水和大风天气。9月18日,昌吉州气象局发布冷空气入侵天气预报,预

计9月20日至24日,昌吉州大部地区气温将下降5至8摄氏度,气象部门提醒相关部门和公众加强防范。

根据最新气象资料分析,受西西伯利亚低槽影响,预计9月20日午后至22日白天,昌吉州大部地区小到中雨,部分地区及山区中到大雨,玛纳斯县至吉木萨尔县的局部山区有暴量的雨转雪,累计降水量20至30毫米。9月20日午后至21日,昌吉州大部地区先后有5至6

级西北风,吉木萨尔县至木垒县的局部地区阵风8至9级,部分区域伴有短时沙尘天气。

9月20日至24日,昌吉州大部地区气温下降5至8摄氏度,平原最高气温将降至13至18摄氏度,山区最高气温将降至4至8摄氏度;平原最低气温将降至5至12摄氏度,山区最低气温将降至零下4至3摄氏度;海拔1000米以上的山区将出现不同程度的霜冻。

气象部门提醒:

1.山区的累计降水量大,山洪和地质灾害气象风险较高;海拔2000米以上的区域将出现雨转雪,局地有暴雪,雨雪天气将造成道路湿滑、部分路段结冰和能见度差,对旅游和交

通出行有不利影响,需加强对旅游景区的安全管理。

2.雨雪、大风天气对春玉米成熟收晒、棉花脱叶剂喷施、冬麦播种、林果采摘、牧区转场有不利影响,建议避开不利天气,抓住有利时机开展秋收作业。

3.我州大部地区气温下降,公众需及时添衣保暖,预防流感等疾病发生。此外,我州东部海拔1000米以上的山区需做好防霜冻准备工作。

4.大风天气对设施农业、交通出行、电力和通信设施等不利影响,需加强防范。

女子手腕受伤需手术 医院求助消防取手镯



本报讯 记者付小芳、通讯员刘臣报道:9月13日,阜康市一女子因摔伤导致左手小臂骨折,急需手术治疗。但因手镯卡在手腕处无法取下,影响治疗进程,阜康市人民医院的医护人员多次尝试仍未果,只好向消防部门求助。

昌吉州消防救援支队119指挥中心接到报警后,立即调派阜康市文博路消防救援站消防救援人员赶赴现场。

到达医院后,消防救援人员发现女子手腕上的手镯为玉质手镯,因该女子手臂受到损伤,导致左手手腕出现浮肿,手镯已牢牢“镶嵌”在手腕上,如不及时取下,将严重影响后续治疗。

根据现场情况,消防救援人员在征得当事人同意后,决定对手镯采取破损处理。消防救援人员先用医用纱布垫在女子手腕及手镯的空隙间,防止救援中

造成二次伤害,准备工作就绪后,消防救援人员又利用腰斧敲击手镯。随着一声清脆的“咔嚓”声,手镯被成功取下,女子连连向消防救援人员致谢。随后,医护人员立即对其实施手术治疗。

消防部门提醒广大群众:如遇到戒指、手镯等物品被卡情况,千万不要贸然生拉硬拽,以免造成二次伤害。可尝试使用植物油、肥皂水等作为润滑剂涂在被卡部位,然后辅助缓慢抽出。如仍无法自行取出,应及时拨打119报警,寻求专业帮助。

州检验检测中心质检所举办“实验室开放日”活动

本报讯 记者付小芳、通讯员张小娟报道:9月14日,昌吉州检验检测中心质检所举办“实验室开放日”活动,邀请企业代表、媒体记者等共同走进实验室,近距离了解检验检测工作。

当天下午,在工作人员的带领下,大家一同参观纸张检验室、眼镜检验室、成品油检验室等实验室。工作人员详细为大家介绍了实验室设备配置、检验标准流程、仪器的价值和功能等方面内容。

在参观过程中,检验人员现场演示了卫生纸检测项目,其中包括横向吸液高度、可迁移性荧光物质、抗张强度等检测全过程,通过面对面互动交流,让大家对检验检测工作有了更直观的认识。

新疆恒安纸业有限公司质管经理孙晓娟说:“我觉得这个‘实验室开放日’参观体验活动特别好,能够让我们有机会接触实验室的各类仪器,了解到检测人员的检测手法,我们也能把实验室的仪器和公司的进行对比,取长补短,继而为消费者提供更加优质的产品与服务。”

昌吉州检验检测中心质检所所长王开军表示,此次“实验室开放日”活动,一



9月14日,昌吉州检验检测中心质检所实验室,检验人员进行纸中质量检验。本报记者 付小芳 摄

方面展示了质检所实验室建设成果和质量水平,加强社会公众对检验检测认证单位的了解和信任,形成全社会关心质量、重视质量、提升质量的良好氛围;另

一方面,通过互动交流,能够进一步推动检验检测认证单位转变观念、转变作风,切实增强服务意识,提高服务水平和服务质效,助力企业高质量发展。