



## 市口腔医院专家话口腔保健常识

### 市口腔医院—— 暑期正畸正当时

本报讯(记者 颜凯 通讯员 刘婷婷) 暑期即将到来,对于牙齿不整齐的孩子来说,这是一个矫正牙齿的黄金时期,很多家长利用假期带孩子去做牙齿矫正。通过牙齿矫正,孩子不仅能收获整齐的牙齿、自信的笑容,还能调整咬合关系、面部结构,改善凸嘴、瘪嘴、下巴后缩等一系列面部问题。

青少年进行牙齿矫正选择在暑期开始进行,主要有以下几个关键原因。

#### 充裕的初始适应时间

牙齿矫正初期通常需要一个适应期。这个阶段可能会出现牙齿酸痛、口腔黏膜被摩擦、说话暂时受影响、咀嚼困难等情况。暑期学生有充足的时间休息和适应这些不

适,避免影响在校学习和生活。

#### 初期复诊频率高

矫正开始后的前几周或一两个月内,复诊频率通常比较高。医生需要密切监控牙齿的初始移动情况,检查托槽是否牢固,处理可能出现的问题并根据情况调整。暑期家长方便协调时间带孩子去医院,并合理安排这些频繁的复诊,不用担心频繁请假影响孩子的学习和家长的工作。

#### 减少社交和心理压力

对于青少年来说,刚开始戴牙套可能会觉得不太美观或不太适应,需要时间来建立自信。在暑期矫正,等开学时孩子通常已经度过了最不适应的阶段,也更能接受自

己的“新形象”,心理压力会小很多。特别是如果孩子需要佩戴一些更显眼的辅助装置,暑假在家佩戴会更自在。

#### 方便处理初期可能出现的问题

矫正初期,托槽脱落、弓丝滑动扎嘴等问题相对更容易发生。在暑期如果出现这类紧急情况,家长和学生有更多灵活的时间可以立即联系医生处理,不会因为学业紧张而延误。

#### 整体时间规划更从容

暑期给孩子提供了连续且无学业干扰的时间,适合进行矫正前的准备工作,如拍片、取模、制定详细方案、刷牙等,以及最重要的初次粘接矫治器。家长也可以集中精力处理孩

子的矫正事宜,包括了解注意事项、学习口腔护理方法等。

#### 避开学期内的忙碌

学期内,学生忙于上课、考试等,家长也忙于工作,很难抽出时间去医院检查治疗。暑期则大大减轻了这种时间冲突的压力。

市口腔医院专家表示,暑期提供了一个时间长、压力小、复诊方便、利于适应的理想窗口期,让患者(尤其是学生)能够更从容地开始牙齿矫正旅程,平稳度过最初也是最需要关注和调整的阶段,为后续整个矫正过程奠定良好的基础,这大大提高了患者的舒适度和依从性,也使得矫正效果更容易得到保障。但如果牙齿问题需要及时处理,任何时候都可以开始矫正。

### 泰安高新区消防救援大队组织开展献血公益活动 蓝焰守初心 热血践使命



泰安高新区消防救援大队消防指战员积极献血。 通讯员供图

本报讯(记者 于冰冰 通讯员 姚树楨) 6月14日是第22个“世界献血者日”,为保障临床用血需求,6月17日上午,泰安高新区消防救援大队组织开展2025年度献血公益活动。

活动当天,消防指战员一大早就在流动献血车前整齐列队。在市中心血站医护人员的引导下,大家有序填写献血登记表、测量血压。他们身着“火焰蓝”制服,眼神中透着坚定。经过初筛检测合格后,消防指战员的涓涓热血缓缓流入采血袋,汇聚成守护生命的暖流。

“作为一名消防救援人员,保护人民群众生命安全是我们的天职,无偿献血同样是在挽救生命。”消防指战员张滨表示,他已连续9年参加无偿献血活动。像张滨

这样长期坚持献血的消防指战员在大队中不在少数,他们将无偿献血视为义不容辞的责任,以实际行动践行着“人民消防为人民”的庄严承诺。

年轻的消防指战员董晨阳是第一次献血,虽有些紧张,但仍充满期待。“今天能用献血的方式为社会贡献力量,我感觉特别有意义。”他说,今后要向老队员们学习,积极参与献血公益活动,用热血传递爱心与温暖。

据了解,泰安高新区消防救援大队在圆满完成防火灭火、抢险救援等主责主业的同时,连续多年积极投身社会公益事业,展现了新时代消防救援队伍的良好风貌。此次无偿献血活动不仅传递了社会正能量,还激励着更多人加入爱心队伍,用热血传递生命希望。

### 深耕护理内涵 驱动质量提升 泰山区人民医院开展护理人员业务培训

本报讯(记者 于冰冰 通讯员 李亚楠) 6月17日下午,泰山区人民医院护理部开展护理人员业务培训,旨在进一步提升护理专业能力,推动学科专业化发展。

医院全体护理人员参加本次业务培训。医院护士长任红菊以《护理个案分析》为题进行授课,她通过典型案例分析,详细演示了如何从临床问题中提炼个案价值,并结合循证护理理念提

升个案质量,为培训人员提供了兼具理论高度与实践操作性的指导。

此次培训,护理部以医院的重点任务为导向,致力于培养高层次的护理人才。接下来,泰山区人民医院将继续开展多样化的培训,持续提升护士的专业核心能力,进一步提高医院整体护理服务质量,不断深化优质护理服务内涵。

培训现场。 通讯员供图

