



省科学技术协会协办

寒冷的冬日,从室外回到温暖的室内后,许多人会感到牙齿有一丝酸痛。为何在冷热交替时牙齿会感觉到疼呢?这种牙疼又该怎么办呢?针对这些疑惑,本期《求证》我们邀请专家为大家详细解答。

冬季护齿不放松

本报记者 毕雪

里面的神经相通,当牙龈萎缩时,牙髓就会失去屏障,稍微受到外界刺激就会给牙髓神经带来损伤,引起疼痛。牙齿龋坏:日常摄入大量富含酸性的食物会腐蚀牙釉质,从而增加患上龋齿的概率。

病因不同 治疗不同

郑秀超:牙釉质磨损引起的牙齿敏感:采用正确的方法刷牙,对于睡觉有磨牙习惯的人群,可佩戴咬合垫,以减少对牙釉质带来的磨损。

隐裂引起的牙齿敏感:当发现有牙隐裂症状时,应及时去医院就诊,通过根管治疗、补牙或制作牙冠等方式保护牙齿。

牙龈萎缩引起的牙齿敏感:刷牙时应选择软硬度适中的牙刷,同时控制好刷牙力度,并定期去医院做口腔检查。

牙齿龋坏引起的牙齿敏感:当发现牙齿有龋坏时应及时到医院就诊,通过填充方式进行治疗。

这些办法可有效缓解牙齿敏感

郑秀超:蒜片擦牙:将大蒜切片后,用蒜片擦拭有敏感症状的牙齿部位,每天使用2-3次,可缓解敏感症状。

嚼绿茶:绿茶中富含儿茶素、鞣酸、氟,这些成分可

在牙齿表面形成保护层,缓解牙齿敏感的症状。

使用抗敏感牙膏:选择含有脱敏成分的牙膏刷牙,或者将脱敏牙膏涂抹在敏感部位按摩3-5分钟,每天2-3次,可以对牙齿敏感起到缓解作用。

牙齿健康从预防开始

郑秀超:注意饮食:保持饮食均衡,摄入足够的钙和维生素D,有助于维护牙齿健康。

戒烟限酒:尼古丁和酒精会对牙齿造成损害,增加牙齿敏感的风险。

定期检查:要定期到正规医院进行口腔检查,及时发现口腔疾病,预防牙齿敏感的发生。

冬季尤其是降温后,应尽量使用35℃左右的温水刷牙或漱口。如遇到寒冷天气或大风天,应该佩戴口罩,防止牙齿受到寒冷的刺激而加重牙齿敏感。



持续关注
本栏目,请
扫描二维码,
可获取更多
内容。

本期专家

郑秀超:长春市口腔医院牙体牙髓一科副主任医师。擅长龋病、牙髓炎、根尖炎、疑难根管治疗、全瓷冠、嵌体等。

这些原因易造成牙齿敏感

郑秀超:牙齿受到冷、热、酸、甜和机械性作用(如摩擦、咬硬物)等刺激时,会突然产生酸痛的感觉,这种症状被称为牙齿敏感。牙齿敏感主要由牙釉质磨损、牙隐裂、牙龈萎缩和牙齿龋坏等因素引起。

牙釉质磨损:在牙冠表面有一层牙釉质保护牙齿,当其受到磨损时就会暴露牙本质。牙本质和牙根的结构几乎是一样的,有很多神经血管通向牙髓神经,当受到机械或者温度刺激时就会刺激牙髓神经,引起牙齿疼痛。

牙隐裂:大部分的牙隐裂是由咀嚼坚硬食物引起的,咀嚼食物所带来的摩擦力会让裂纹产生相对运动,给牙髓神经带来刺激,从而引起疼痛。

牙龈萎缩:在牙根表面上有很多小管,直接和牙髓腔

科创专员在行动

本报记者 景洋

冬日,记者与延边州农科院食用菌研究所研究员王鑫鑫进入安图德康生物技术有限公司。

王鑫鑫一下车,便直奔育种车间。“王老师,‘延特5号’黑木耳母种纯度有变化,您快帮忙看看!”“二级菌感染率咋能控制在1%以下?”车间技术人员纷纷提问,她耐心解答。

王鑫鑫曾在企业开展过技术服务,但这次她的身份不同了。今年,她进入企业担任科创专员,全面参与企业选育品种、技术指导、培养技术骨干、促进科研成果转化、登记申报科技成果等工作。

科创专员是什么岗位?

2023年,省科技厅启动实施“吉林省科技人才助力企业创新跃升三年行动”,从省内外高校院所选派600名左右科技人才,入驻企业兼任2年“科创专员”,支持企业开展科技创新、成果转化和人才培养。同时,对已选派的“科创专员”视同承担省级科技发展计划项目,任职期间实施成果转化可优先给予后补助支持,给予相应人才政策倾斜和资金支持。

作为科创专员,王鑫鑫为企业提供国审黑木耳品种“延特5号”母种,合作申请1个省审黑木耳新品种,还通过对接国家级科研平台,帮助企业掌握大棚木耳的最佳生长环境因子,产出高产优质的黑木耳产品。“科创专员政策不仅惠企、惠农,还给科研人员资金项目支持,多方共赢。企业搞生产,但技术瓶颈难突破,我们研究成果在实验室难以转化,送到企业有了用武之地。双方合作过程中互相提升、相互得益。”王鑫鑫说。

记者在吉林益隆长白山实业有限公司温室里,见到了饱满大粒的香菇整齐排列,等待采摘。

作为东北地区最大的香菇、杏鲍菇生产出口基地,公司每年都要开展大量的菌种优化的研究工作。“食用菌优良的母种是品质保障的重要因素,菌种老化是影响品质的一个问题,为了提高食用菌生产效率 and 品质,我们必须大力投入研发,而科创专员就是科技创新赋能科创企业的纽带。”吉林益隆长白山实业有限公司总经理王强说。

目前,公司与入驻企业科创专员、延边大学农学院教授刘迪合作,已筛选2个杏鲍菇、1个平菇优良菌株进行栽培试验。

午后,记者跟随吉林省延边黄牛科技创新中心主任夏广军驱车来到延边畜牧开发集团生态牧场。夏广军还有另外一个身份——延边大学农学院教授,下派到龙井市企业做科创专员。夏广军一边记录黄牛牛生长情况,一边跟记者交谈:“延边大学运用人才、技术和仪器设备优势,与企业共建研发中心与实践基地,促进校企深度合作,为企业培养技术团队,同时联合开展技术攻关。目前,夏广军已在企业建立了研究生实践基地,有14名研究生深入企业,开展性能测定、资源评价、遗传评估、高档牛肉生产等技术指导、服务与研发活动。”

“延边州第一批23名科创专员已全部到岗,第二批38名科创专员正在评审阶段。下一步,州科技局将申报更多科创专员,为企业搭平台、促合作,实现多方共赢。”延边州科技局局长李秀玉说。

名医来长春 义诊暖人心

本报讯(记者毕雪)近日,浙江大学医学院附属妇产科医院的专家携手浙大妇院吉林医院专家共同开展主题为“冬日暖礼,‘浙’里有爱”的义诊,为患者提供优质医疗服务。

活动当日,很多慕名而来的患者一大早就来到医院有序候诊,翘首期盼中等待着与国家级专家“面对面”。义诊开始,专家们仔细问诊、甄别病情、严谨分析、精准指导,为患者提供全方位的医疗服务。“专家不但诊疗水平高,服务态度也非常好,病看明白了,心里还暖暖的,太满意了。”孕产妇女士高兴地说。浙大妇院吉林医院党委副书记、院长杨鑫介绍,浙大妇院专家此行不仅为患者进行义诊,还通过高端论坛、手术示教、教学查房、多学科会诊等方式让长春各诊疗机构相关工作人员受益匪浅。

据悉,浙大妇院妇科、生殖医学、产前诊断、助产、护理等学科专家将长期驻守在浙大妇院吉林医院,并与机动选派来长春的专家一同在此常态化、持续性地开展出诊、手术、示教等诊疗工作。

简讯

向学生讲解宪法知识

本报讯(王雨萌)最近,临江林区基层法院法治副校长王雨萌走进临江市立新小学,开展宪法进学校活动。

王雨萌在课堂上向学生着重讲解宪法的基本内容、国家的标志、国家机构的组织和设置、宪法的基本原则等内容。同时,为学生发放宪法宣传手册,进一步引导学生尊崇宪法、学习宪法、遵守宪法、维护宪法、运用宪法。

铁路安全知识进校园

本报讯(赵瑞雪)为进一步增强广大师生法制意识,防止和减少安全隐患,营造平安校园氛围,最近,通化公安处梅河口车站派出所受梅河口教育局邀请到梅河口市的沿线学校开展“铁路安全进校园”活动。

民警以《中华人民共和国铁路法》《铁路安全管理条例》等法律法规和与生活息息相关的铁路安全常识为切入点,通过播放动漫视频、展示手绘漫画、讲述真实案例等宣传方式开展生动的法制安全教育,让学生们进一步认识铁路,重视铁路安全。



为保障冬季学校师生用电安全,最近,国网扶余市供电公司组织共产党员服务队走进校园开展用电安全隐患专项排查,确保师生安全可靠用电。 闵光宇 摄

提高间质性肺疾病规范化诊治水平

本报讯(记者张添怡)日前,长春中医药大学附属医院肺病研究中心在该院安分院揭牌,旨在提高东北地区间质性肺疾病规范化诊治水平,推进中医药传承与创新。

肺病即间质性肺疾病,是以肺炎炎症和纤维化为主要病理改变的异质性疾病,发病率呈逐年提高之势,其致病机制与治疗方案仍属世界性医学难题。

长春中医药大学附属医院“肺病研究中心”主任、全国名中医王檀介绍:“中心成立以后,我们将不断研究间质性肺疾病的根本性成因,完善治疗方法,探索更有效的治疗手段,完成地方标准和诊疗方案的更新以及日后的推广。”

据了解,长春中医药大学附属医院开展间质性肺疾病研究已有20余年,总结的治疗方案在省内外20多个地区的医院推广,累计治疗患者2万多人。长春中医药大学附属医院将充分发挥中医药学科之间的联合效应,满足东北地区间质性肺疾病防治需求,大幅减少跨省、跨区域人群就医。力争用3-5年的时间,建成国家间质性肺疾病医疗中心,同时形成国内一流间质性肺疾病中医药研究团队。



为促进依法治校、平安校园建设,提高青少年法律意识、安全防范意识和自我保护能力,近日,长春市九台区人民法院法官来到九台区实验小学,为全校师生举办了一场防电信诈骗讲座。 张铃捷 摄

“警校融合”护苗成长

本报讯(记者郑玉鑫)为深入推进“警地融合”工作,贯彻落实“警校融合”部署安排,助力“平安校园”建设,洮南市公安局紧密结合辖区校园实际,多措并举强化校园安保工作,全力确保校园及周边治安秩序平稳。

民警走进校园,针对在校学生的实际情况,紧紧围绕校园欺凌、消防安全、交通安全、禁毒知识等主题,面对面讲故事、举例子、提问题,以案释法,帮助学生增强法治观念。

为预防校园矛盾纠纷,洮南市公安局会同教育部门,建立校内矛盾纠纷排查处理机制,在校内设置矛盾纠纷化解

室,及时发现学生中的矛盾纠纷及苗头性问题,有针对性开展教育引导和化解工作。

洮南市公安局辖区内各派出所立足校园周边环境,科学调配警力,按照“定人、定岗、定责”的原则,组织警力在上学、放学时段,扎实开展“护学岗”工作,疏导来往车辆、分流人群、维持秩序,及时防范处置各类突发事件,切实做好校园重点区域治安维护,保障学校师生的出行安全。同时,各派出所深入辖区校园周边的商店、文具店、玩具店,要求售卖危险玩具的商家立即下架,进一步保障学生身心健康和生命安全。

“光”做桥梁 对话天地

本报记者 徐慕旗

“有光的地方就有无线通信。”这句话,点亮了长春光客科技有限公司创始人倪小龙的梦想。企业的愿景正是:愿光不仅照亮生活,还能成为沟通的桥梁。

用光通信,怎么做?倪小龙为记者现场演示起来。一台笔记本电脑,插上无线光通信网卡,便可以通过LED灯实现高速上网。

“这只是光通信技术许多应用场景中的一种。”倪小龙解释,“这项技术以光作为信号的载体,最大优势在于通信速率高、保密性好、无电磁辐射、绿色健康。从地面上行驶的无人驾驶汽车,到天空中飞行的无人机,无线光通信的应用场景十分广阔。”

倪小龙毕业于长春理工大学,师从姜会林院士攻读硕士、博士学位,从事自由空间光通信技术研究。姜会林

院士在这一领域深耕30余年,学术成果丰硕,在国内外处于领先水平。“我站在巨人的肩膀上,想在技术应用上更进一步,让更多科研成果走出实验室,走得更远,应用得更广。”倪小龙对记者说。

带着这样的初心和理想,2015年,倪小龙创办了光客科技有限公司,专注于无线光通信产品的研发创新、生产制造和销售服务。企业研发生产的各类型无线光通信产品,在自动驾驶、工业自动化、水下探测等领域都得到了较好应用。目前,企业已申请发明专利20余项,授权9项,授权实用新型专利40余项,发表软件著作权40余项,获评国家高新技术企业。

如今,他又把视线投向宇宙,锁定在卫星间的通信链路上。“随着我国商业航天事业的发展,卫星星座快速扩

容,对星间通信容量和效率的要求也随之提高,而光通信恰好具备相关优势。”倪小龙说,“明年,我们的技术将在卫星上进行验证。”

在家乡创业8年,倪小龙深切地感受到了日益浓厚的科技创新氛围,企业发展方向越发清晰,前进脚步越发坚定。目前,全省上下高度重视科技创新,从政策扶持到资金支持,积极推动科研成果落地转化,助力科技型企业发展。

“就拿税费减免一项来说,我们企业去年享受研发费用加计扣除60余万元,这对于尚在成长阶段的企业来说至关重要,有更多资金可以投入到研发环节。”倪小龙说。

日益肥沃的科技创新土壤上,不断生长出科技之花,香远益清,吸引更多人才万里奔赴,更多高校毕业生选择“就”在吉林。倪小龙企业的研发团队现有20多人,他们来自不同地方,多数拥有硕士、博士学位。

“在我创业之初,企业另一位创始人当时已经在上海从事金融工作,待遇优渥,但他后来还是决定和我一起返乡创业。不仅是心中的理想支撑我们一路走来,越来越清晰的产业前景、越来越优越的发展环境,更让我们信心倍增。”倪小龙信心满满。