

小洞不补，大洞吃苦

卫生健康委代表队 许桐楷（北京大学口腔医院）



大家好，我是北大口腔医院的许桐楷医生，今天我讲解的题目是《小洞不补，大洞吃苦》。

有这样几个描述，请大家猜一猜这是哪种疾病？它是全球最常见的疾病，没有之一，全球约有 25 亿人受到影响，它的痛苦程度也是名列前茅，给个人和社会带来了比较沉重的负担。没想到吧，其实就是龋齿，也就是虫牙，蛀牙。小朋友都知道，糖吃多了会坏牙，“牙疼不是病，疼起来真要命”，更是尽人皆知。虫牙就是病，不单是最常见的疾病，也是最古老的人类疾病之一。龋齿的历史可以追溯到距今 60 万年左右，可以说只要有牙齿，龋病就一直在威胁着人类的健康。可能有的朋友会说，不就是区区虫牙吗？那我今天就让大家见识见识，虫牙对身体和钱包的伤害可以有多大。

龋齿一开始往往只是一个小黑点，可能就是牙齿的沟沟坎坎里经常刷不干净，日积月累，细菌就把牙齿腐蚀出了一个小坑。这时由于病变非常表浅，如果及时来到口腔科，十几分钟就能处理好，也不疼，花费也就一两百元，治疗效果也很好。如果这个时候你没管它，它就会默默地继续发展成一个牙洞，吃完东西就塞牙，还会怕凉怕热，这个时候治疗就需要打点麻药了，要不然在我们清理烂牙洞的时候会非常的酸爽。这时也还可以是树脂补牙，同样不贵，但由于龋齿已经更加严重了，即便是治疗以后也有可能还是会有一段时间不舒服，而且一定的概率龋齿还是会继续深入，导致牙神经发炎。到了牙神经发炎这一步，术语叫牙髓炎，那就该是典型的牙痛了，都是在晚上突发剧烈疼痛，波及牙了。虽然牙齿一拔，感染的问题就解决了，但缺了颗牙又带来新的麻烦。

有的朋友可能还是满不在乎，现在不是有种植牙了吗？大不了我种一颗。姑且不说种植牙需要手术植入，多次就诊，费用也是大几千甚至上万元，关键种牙也并不是一劳



科普最强音

——全国优秀科普讲解作品赏析与研习

永逸,如果维护不到位一样会发炎,一样会有各种各样的问题,未必能用一辈子。

刚才咱们把虫牙的一生浏览了一遍,总结下来就是题目那8个字——“小洞不补,大洞吃苦”。我也理解大家对于口腔科的恐惧,但还是希望大家能够定期进行口腔检查,早看早好,花钱少。我是北大口腔医院的许桐楷医生,祝大家都能有一口好牙。

 科普最强音



扫一扫,观看视频

作品赏析

马 莎

本作品选手是兼任临床与教学双重工作的医生,虽然外在形象上并未突出教师气质,但在讲解行文中还是保留了教学讲稿特有的理路。

首先,以设问启发思考,以补充相关提息,提示思考方向,是典型的问题导向式教学法。尽管短短4分钟不到的讲解无法完整显示这一方法的优势,但已足够唤起听众的思考积极性和求知欲。其次,定义概念时重视追溯其历史,以溯源带动展陈,帮助受众建立对概念重要性的充分认知。龋病已存在60万年,至今伤害全球25亿人,两个数据并列,其危害性已无须渲染。接下来转向对概念的剖析,层进式细说由小黑点到牙洞,到牙髓炎,再到种植牙的知识,令听众完整了解龋病及其对应治疗方式。最后也是总结知识点,“小洞不补,大洞吃苦”,简明扼要,便于记忆,即是标题,也是主旨。

不难发现,体现成熟教学经验的讲解具有一些共性:极为清晰的逻辑层次、逐步解决问题复杂性的演绎方式、以通俗易懂为主要风格的语言、以学生(听众)为中心的讲授思路等。整体而言,往往很少高调,却能举重若轻,令听众不觉其苦,轻松掌握知识。这种大巧若拙,也是适用于一切科普讲解的。