



# 滨州市临床重点专科—— 市中心医院重症医学科

## 专科基本情况

市中心医院重症医学科是市级临床领先专科、市级临床重点专科,山东省重症护理专业护士岗位培训临床教学基地,滨州市的重症医学培训基地之一。现为山东大学齐鲁医院重症医学科合作单位,千佛山医院重症合作联盟成员单位。

科室成立于2007年,占地面积1200㎡,行三通道分开布局,拥有国内领先的层流净化病房。开放床位21张,内设负压病房2间、隔离病房2间。现有医疗人员7人,护理人员30人,其中主任医师、教授1人,副主任医师2人,硕士5人。作为全院综合危重症救治的核心科室,服务于滨州市及济南、德州等周边地区危重患者的转运救治工作,年收治危重症患者900余例。

## 诊疗特色优势

科室配备有体外膜肺氧合(ECMO)、PICCO微创血流动力学监测设备、费森尤斯血液净化机、PB840、MAQUET、GE呼吸机、无创呼吸机、纤支镜、亚低温脑保护、腹内压监测等先进抢救治疗设备,并熟练应用经皮微创气切、肠内和肠外营养支持等技术于急危重症患者中;其次配备有电动多功能床,防褥疮床垫等,并提供压缩空气和负压吸引等多功能支持。

全面支持危重患者的临床救治工作。ICU临床智能信息系统将各监护设备、呼吸机参数、临床检验检测报告、医生工作站及护士工作站互相连接,形成一局域网。

诊疗范围包括多发伤、脓毒性休克、重大手术后监测与治疗、中毒、心肺脑复苏、各种呼吸循环衰竭、MODS、ARDS、DIC等疾病。



## 舌苔厚跟舌苔薄的人,到底谁更健康?

你观察过自己的舌苔吗?在《一个刷牙时容易漏掉的细节,可能导致口臭!》这篇文章里,很多人对自己舌苔的颜色非常好奇。

每个人的舌苔颜色都不同,甚至一个人不同时间的舌苔也不同,有的白白薄薄的像撒了糖霜,有的白白厚厚的像刮了腻子,有的黄黄厚厚的像油煎的鸡蛋边……这些不同的舌苔与健康有关吗?今天我们就来聊聊。

### >>舌苔是什么?

舌苔是覆盖在舌背表面的一层苔状物,它是由脱落的角化上皮细胞、食物残渣、细菌、唾液及代谢产物混合形成。

具体来说,人体内口腔和舌体的黏膜细胞不断新陈代谢,脱落的上皮细胞会混杂在唾液中,唾液中含有多种物质,如黏蛋白等,这些成分会和脱落的细胞一起附着在舌体表面,形成舌苔。同时,人们在进食过程中,食物残渣也会残留在舌面上,经过一段时间后,这些残渣会和口腔中的其他成分混合,形成舌苔的一部分。

口腔是一个微生物的“大世界”,存在着大量的细菌、真菌等微生物。这些微生物会

分解食物残渣,其代谢产物也会附着在舌体表面,参与舌苔的形成。

正常情况下,舌苔薄而均匀,呈淡白色,简称“淡红舌,薄白苔”。是口腔和消化系统健康的标志之一。

### >>舌苔变厚,大部分情况都不用担心

舌苔的薄厚与口腔细胞的脱落更新速度有关。新陈代谢旺盛,脱落细胞增多堆积在舌面,舌苔就会增厚,反之舌苔就会变薄。因此,不同个体之间,同一个体在不同时间,新陈代谢都存在差异,舌苔也会出现变化。

除此之外,还有一些生理因素也会让舌苔变厚:

#### >>唾液分泌的差异

唾液能很好地冲刷舌面,减少食物残渣、细菌和脱落细胞的堆积。当唾液分泌量减少时,舌苔容易增厚。另外,唾液的黏稠度也会影响冲刷作用,唾液黏稠的人的舌苔往往比清亮的人厚。

#### >>饮食习惯的影响

长期食用流食或软食的人,舌面缺少摩擦,自然清洁机制被削弱,舌苔容易变厚;富含脂肪的油膩食物(如火锅、烧烤、煎炸等)、高蛋白饮食可能会促进舌苔增厚。

### >>口腔卫生的影响

口腔卫生是舌苔形成最重要的影响因素。如果不注意口腔清洁,食物残渣和细菌在舌面上堆积,会导致舌苔变厚。

### >>这些疾病可能会导致舌苔出现异常

1. 消化系统功能失调  
胃肠动力不足、胃肠功能紊乱(如胃炎、便秘)会影响食物消化吸收,导致代谢废物堆积,舌苔厚腻、发黄。

2. 感染或炎症  
当感冒、发烧时,机体免疫力下降,唾液分泌减少,舌运动减少,口腔内细菌增殖,可能导致舌苔增厚。

舌黏膜被真菌感染时(如白念珠菌),舌苔就像一层厚厚的奶酪紧紧黏附在舌背上。

3. 某些全身慢性疾病  
糖尿病患者如果血糖控制不佳,会导致口腔内细菌增殖和代谢产物增加,舌苔变黄变厚,同时唾液分泌减少,导致舌苔干燥。肝病或代谢综合征等,也会出现长期舌苔过厚的问题。

4. 其他疾病  
贫血、维生素B2、叶酸缺乏会导致舌乳头萎缩,舌背光滑无舌苔,形成“镜面舌”。

#### 5. 药物影响

长期服用一些药物,也会导致舌苔异常。比如长期或大量服用抗生素,会破坏口腔内菌群平衡,导致个别细菌或真菌大量繁殖,引起舌苔增厚。

一些药物(如阿莫西林、氯霉素)在代谢过程中产生黑色素,导致舌苔变黑;长期使用氯己定漱口液、服用铋剂也会导致舌苔染色变黑,停药后可以恢复。

一些抗抑郁和抗精神病类药物,会使口腔唾液分泌减少,不利于舌的自洁作用,导致舌苔变厚。

需要注意的是,舌苔只是身体内部环境失衡的外在表现,本身不是这些疾病的直接原因,也不作为疾病的诊断标准。

对于小朋友,家长们有时候可能会发现,孩子舌头上红一块、白一块,周围还有一圈隆起的边缘,形状蜿蜒曲折,仿佛是一张地图。这种情况很形象地被称为“地图舌”。

地图舌又叫剥脱性舌炎、游走性舌炎,它的主要症状是舌背出现暂时性的丝状乳头剥脱消失,病变部位较浅,并且会逐渐向四周扩散,形成外形不规则的地图状。这是一种良性、非感染性的慢性复发性

性口腔炎症状态,可以出现在任何年龄段的人群中,但在儿童时期更为常见。

地图舌的病因目前尚不明确,可能与遗传、精神心理(情绪波动、精神紧张、劳累、失眠等)、营养(消化不良、维生素B族缺乏、缺锌、贫血等营养问题与地图舌的发生有一定关联)、免疫(地图舌多见于过敏体质人群)等因素有关,儿童龋齿、乳牙萌出刺激等局部因素也可能诱发地图舌。

地图舌是自限性疾病,一般无需特殊治疗,大家不用太过于焦虑,如果确实影响到生活,可以在专科(儿科、口腔科)医师指导下尽可能找到病因,针对性调整治疗方向达到最佳治疗效果。

### >>日常生活中也可以从以下几方面注意

饮食调理:保持饮食均衡,避免食用辛辣、刺激性食物。

口腔卫生:保持口腔清洁,定期刷牙、漱口。

情绪管理:保持良好的心态,避免过度紧张和焦虑。

定期检查:定期进行口腔检查,及时发现和治疗口腔疾病。

(科普中国)