

近一周持续“烘烤模式”，昨日西山、永祥最热达39.8℃ 本周末台风“苏迪罗”将送来清凉

7月底的天气很热，8月初的天气还是很热。最近每天早上出门，就有种进入桑拿室的感觉，路上的行人个个全副武装，披风、太阳帽、墨镜、遮阳伞，各种防晒措施能用的都用上了。

8月6日 星期四	8月7日 星期五	8月8日 星期六	8月9日 星期日	8月10日 星期一
				
多云	阴	阵雨	阵雨	阵雨
27 ~38	28 ~35	27 ~32	26 ~31	25 ~34

见习记者 陈凯璐

我市从7月26日开始，持续进入高温天气。8月2日以来，市气象台连续发布高温橙色预警信号。8月5日，我市最高气温达38.1℃，成为今年入夏以来的最高温。其中西溪镇西山村、江南街道永祥村达到39.8℃，龙山镇桥下村、前仓镇溪坦村、方岩镇派溪村、西城街道李一村和经济开发区也都在39℃以上。西溪镇棠溪村气温最低，但也达到了36.7℃，其他地区均在37℃以上。

连日来，网友们在“烘烤模式”中灵感大发，创作了许多段子，微博、微信朋友圈都在用这些冷笑话来调侃

高温天气。玉米在马路走着走着就成了爆米花。躺在席子上就感觉自己是一串烤肉串，再来一撮孜然就完美了。甚至有网友在朋友圈呼唤后羿来射日。

我们虽然等不到后羿，却能等来今年第13号台风“苏迪罗”。据市气象台天气预报员刘学萍介绍，目前台风未来的走势具有不确定性，尚不能确定台风最终的登陆点，但我市基本上能受到台风的外围影响，会让高温天气得到缓解。7日，我市局部地区会有阵雨，8日，我市局部地区将会有阵雨或雷雨天气。周五之后的未来几天，我市最高气温在30℃左右徘徊，最低

能低至27℃，给人们带来短暂的凉爽。

针对近期持续高温的天气，市民应该多吃蔬菜水果、多喝水来补充维生素和水分，以提高免疫力和预防疾病。高温时段最好不要外出，等到晚上最阴凉的时候才出去走走，如果非得外出一定要做好防护措施。比如打遮阳伞、戴遮阳帽、戴太阳镜，最好涂点防晒霜。为预防突发事件的发生，最好携带诸如藿香正气水、风油精等防暑药品。另外，盛夏要喝点解暑降火的中药，以达到防暑的目的。有车的市民也不要再在车内放置打火机易燃易爆物品。



浇水保绿

近日上午，一辆洒水车正在金都路给绿化带浇水。进入伏天以来，市园林管理处启动抗旱保绿预案，轮番出动5辆水车，每天分时段浇水保绿。

见习记者 陈凯璐
通讯员 陈思瑾 摄

更正

刊登于2015年8月5日《永康日报》第7版林稼生《讣告》中因刊误林稼应为孙女，特此更正。

矫正牙齿又不想拔牙怎么办

永康徐关忠口腔诊所提醒：有些牙齿可通过片切进行矫正



应玲菲

现在有些十几岁的小姑娘，长得非常漂亮，唯一的缺陷是牙齿长得很不整齐，令家长非常苦恼。不久前，有位家长带着女儿去一家口腔诊所看医生，希望通过正畸矫正不整齐的牙齿。医生检查孩子的牙齿后，告诉她的母亲，矫正牙齿之前先要拔除1颗牙齿，如果不想拔牙，可以采取片切的方法进行牙齿正畸。那么，什么是片切？片切对牙齿有危害吗？带着这些疑问，记者专门采访了永康徐关忠口腔诊所的主治医师徐关忠。

问：为什么有的牙齿矫正需要拔牙？

徐关忠：上一次，我们已就此问题展开过探讨。许多市民在进行牙齿矫

正时，为了矫正成功，往往需要拔除几颗牙齿。拔牙矫正在口腔正畸中是很常见的，大约65%的人需拔牙矫正。拔牙矫治在正畸学发展的历史中，经受住了临床实践的考验。拔除后牙齿有了空隙，目的就是矫治拥挤。牙齿存在严重拥挤时，如不拔牙而勉强排齐，矫治效果不稳定，很容易复成原来的错牙合畸形。

问：那牙齿拥挤就一定要拔牙吗？

徐关忠：也不是的，对于一些临界病例，正畸医生们可能采取扩弓、片切、推磨牙向后等方法提供排齐所需的间隙。

问：什么是片切？哪类牙齿能够做片切？

徐关忠：片切，顾名思义，就是把牙齿磨掉一点点，使它变窄，为矫正提

供必要的空间。

一般来说，牙齿矫正中，大多数的人都不愿意拔牙。而不拔牙，调整牙齿的空间不够，所以可以通过进行牙齿片切，调整牙齿的大小、比例、形态。比如把一些三角形的牙齿形态变为更美观的方圆形态。牙齿片切后还要做好抛光，使其恢复原来的状态。

至于什么样的牙齿能做片切，只有希望矫正牙齿的读者朋友到正规口腔医院进行诊疗后，医师才能给你一个正确的建议。

问：片切能缓解痛楚吗？

徐关忠：上面说到，牙齿片切所产生的缝隙比较小，所以收缝的速度就比较快，相对于拔牙来说，过程也会比较短。另外，片切时痛感会比较轻，因为只是磨掉牙齿的表面，完全触碰不到神经，所以没什么感觉。但是拔牙就会痛苦一点，即便是打了麻药，但是麻药的效果退去后，伤口还是会疼上几天。

问：片切应注意什么？

徐关忠：因为片切只能切掉一点点，几颗牙齿片切后，所能提供的调整空间也没有拔牙提供的空间那么多。所以牙齿突出比较严重的话，片切的矫正效果就没有拔牙那么明显。

永康徐关忠口腔诊所创办于1995年，主治医师徐关忠毕业于温州医学院口腔系，从事口腔临床长达20多年。徐医生提醒广大家长，青少年牙齿矫正的最佳时间是12岁-17岁，如果想要进行牙齿矫正，除了不要错过最佳时间外，还应选择经验丰富的牙科医生及正规的口腔医院。

护牙小贴士

1. 每天养成刷牙的好习惯

早晨起床和晚上睡觉之前都必须刷牙，这样能消除口腔及牙齿上面的食物碎渣、软白污物和牙菌斑。保持口腔的清洁健康，减少牙齿疾病的出现。

2. 牙齿相互撞击

清晨醒来和晚上睡觉之前可以让上牙和下牙相互撞击，从十几下到五十几下逐日增加撞击次数和撞击的力量，这样可以让牙齿更牢固。

3. 及时漱口

每次吃完饭以后都要漱口，让水在口腔里面来回窜动，把牙齿每一个角落的食物残渣都冲掉，然后将水吐出。牙齿缝隙里面没有残渣就减少细菌的生成。

4. 按摩牙龈

用干净的手指来回按摩牙龈，也可以用专门的工具套在手指上面按摩。这样按摩几分钟能够促进牙龈的血液循环，避免由于牙床过早萎缩而引起牙齿松动脱落。

5. 唾液灭菌

闭紧嘴巴，用舌头连续顶撞口腔的上壁，这样能够促使唾液大量分泌。唾液里面具有大量能够增加免疫能力的免疫球蛋白和溶菌酶，它们能够消灭口腔内的病菌，就会起到保护牙齿的作用。