

以牙换牙“伤不起”，担心缺牙颗数多、处理难度大

原九院种植牙专家王申指点迷津

端午大型爱牙活动，专家面对面宣教答疑剩余名额不多，抓紧机会报名！

叶雪菲

健康的牙齿本应该像一颗稳稳扎根于土壤中的树，但由于有些人平时不注意口腔卫生健康，产生了牙结石、牙龈炎、牙周炎等问题，长此以往就使得支持牙齿的牙周组织遭到破坏，最终造成了牙齿松动，甚至脱落的尴尬局面。而且牙齿缺失后，由于口腔咀嚼运动减少，会减少对脑细胞的刺激，久而久之会造成记忆力衰退，增高老年痴呆症的发病率。

异物感强、咀嚼无力 余牙伤不起，错过黄金期代价高

上海口腔医学会口腔种植专业委员会委员、原九院种植牙专家王申表示，在牙齿缺失后，牙槽骨就开始了不可逆转的萎缩，就像没有了植被土壤会流失一样，缺牙时间拖得越久，牙槽骨失去得也越多。错过了缺牙处理的黄金期，意味着增加了处理难度，延长了处理时间，更提高了费用。

然而，传统缺牙处理方式多依靠钩挂或者基托吸附牙床的方式固位，使得异物感强，咀嚼效率差；而磨损相邻好牙的固位方式，在长期的咀嚼运动中，健康邻牙会因负担过重而出现问题，这种“以牙换牙”的方式让很多缺牙者期待有新的方式能打破困境。

模拟真牙，不伤牙龈 新方法核心优势突出，稳固咀嚼

“在我们牙医眼中，近几年流行的缺牙处理新方式能够逼真地模拟真牙的结构。”王申解释道，“传统方式往往需要借助邻近好牙受力咀嚼，久而久之好牙也会因为‘超负荷工作’而松弛。新的方法则完全模拟我们的自然牙，与我们的牙床牢固结合而咀嚼食物，仿佛能获得真牙般的咀嚼感受。”

很多缺牙者还担心岁数大了、缺牙数多，处理起来是不是很痛苦，花费时间会不会很长，来回跑医院岂不是折腾？

专家表示，缺牙后关键还要看牙槽骨的条件。如果牙槽骨条件允许，当天处理缺牙，立马恢复咀嚼能力的愿望是能够实现的。另外，一些对疼痛敏感、怕折腾的中老年朋友也不必过于担心，新的缺牙处理方法能舒适化、便捷化地处理好缺牙，恢复牙健康，吃嘛嘛香，再也不是什么难事！



特邀专家介绍

王申

上海交通大学医学院口腔医学硕士，2003至2013年在上海交大附属第九人民医院口腔种植科任职，专业从事种植及修复工作10余年。上海口腔医学会口腔种植专业委员会委员、国际口腔种植学会(ITI)会员、中华口腔种植专业委员会会员，瑞士straumann种植培训师，多次赴瑞士、意大利、美国等国家进修。擅长微创种植、即刻种植、All-on-4种植技术。

倒计时5天！机会难得！端午大型爱牙活动进入最后一周

为了关注中老年朋友的口腔健康，让更多牙齿松动、牙齿缺失、假牙佩戴不适、烤瓷牙失败的中老年人重获一口牙健康，新民健康携手原九院种植牙专家等口腔专家在端午期间送上爱牙好礼，让惠民举措落到实处。活动开展以来，受到了数百位读者的参与和欢迎，目前活动进入最后一周，希望有需要的市民抓紧机会，不要错过！

活动内容：

- 1.原九院种植专家一对一宣教答疑
- 2.免费领取口腔护理套装(牙刷等)
- 3.扫二维码报名获赠精美牙刷、牙线

报名方式

报名热线：021-62476396

或编辑短信“牙齿+姓名+联系方式”

发送至 18121287952

扫二维码报名，获取更多惠民信息



警惕！哪些疾病上了房颤的黑名单？

作为威胁人们健康的一大杀手，房颤的交流圈子自然也是一窝黑。细数之下，每一位都是江湖上声名狼藉的“黑道巨擘”。接下来，让我们简单盘点那些所谓“江湖黑榜”上的“恶棍”们。

■高血压：在一列“黑榜”清单上，高血压稳稳当当地坐上第一把交椅是毋庸置疑的。首先，高血压的普遍性不必多言，更重要的是，它也是房颤最重要的病因和危险因素。而合并高血压的房颤患者，疾病的危害性将大大提升，其脑卒中的发生率也会提高2倍以上。

■糖尿病：如果一位糖尿病患者出现心悸的症状，那么医生就应该想到房颤的可能性。与“好兄弟”高血压一样，一旦糖尿病与房颤对上，燃起来的大火可不是简简单单

就能灭得了的。糖尿病会升高房颤患者左心房形成血栓的风险，提升脑卒中发生率，引发房颤的持续；而房颤也可以增大糖尿病患者心血管事件的发生率。两两促进之下，死亡率会大大增加。

■阻塞性睡眠呼吸暂停(OSA)：名字说得这么专业大家可能听明白了，不过往简单点说，这就是我们再熟悉不过的“打呼噜”，只不过是严重到一定程度的打呼噜，伴呼吸暂停。大量研究表明，OSA与多种心血管病，包括高血压、冠心病有关，并且确定与房颤有因果关系。不仅如此，对伴OSA的房颤患者来说，治疗效果将显著降低，也就是说其药物治疗效果更差，手术治疗成功率更低。

■肥胖：除了上述几项疾病之外，一些生活习惯的错误打开方式也会

造成巨大的影响。例如，这里要提到的肥胖。房颤患者中体型肥胖的想必甚是常见，有研究显示，合并肥胖的房颤患者经过减肥可以明显改善症状、优化心脏结构，甚至逆转疾病的进展。

■吸烟：在这张“黑榜”里，烟这一大名鼎鼎的“杀手”，完全可以送其外号“鬼见愁”，处处都有它。吸烟的危害可以体现在各个方面，针对房颤来说，吸烟可以使房颤发生率增加2倍以上。烟草中的有毒物质可刺激心脏植物神经，导致其功能紊乱，易于房颤的发生。此外，吸烟也可通过引发其他疾病，如高血压、冠心病等，从而增加房颤的发生率。

■饮酒：提到烟，自然少不了酒。常常有人说，“适度饮酒有助于预防缓解心血管疾病。”且不说这句话可靠与否，但过度饮酒对房颤的

发生确有着推动作用，即喝酒越多，房颤越容易发生。过多饮酒会增加心肌耗氧量，同时可刺激儿茶酚胺类物质释放，增加心脏负担。与此同时，酒精会增加射频消融术后的房颤复发率。

■血脂异常：血脂水平与房颤之间的关系在学术圈可以说莫衷一是。有研究报道，总胆固醇及LDL-C与房颤的风险有关，而不是甘油三酯和HDL-C。虽说没有明确证据，但在日常生活中还是建议大家保持警惕，不要给“宵小”可乘之机。

房颤的圈子里自然不仅只有上述几位，还有更多的危险潜伏在一边。出现这些情况的患者需要尤为注意自己的身体状况。事实上，通过改变自身的生活习惯，对自己进行合理的健康管理，规避上述这些高危因素，可以大

大降低房颤的发病率。严格规范生活方式，戒烟限酒，避免过度劳累，保证睡眠充足，适度运动减肥，保持情绪稳定，这些都是江湖上与“恶霸”争斗，并保护自己的制胜法宝。



王新华
(教授，上海交通大学医学院附属仁济医院心内科副主任医师)

便民信息

6月4日上午8:30，由上海市仁济医院东院心内科王新华教授和心内科专家团举办的房颤疾病科普咨询活动将在仁济东院（上海市浦东新区浦建路160号）6号楼6楼演讲厅举行，将为市民提供免费咨询服务。希望参加的市民可以携带相关病例前往。

本版块活动为公益活动，不向参加者推荐医疗服务或者其他商品，相关信息仅供参考。

因说 价值观

水阔船好渡 德大人吉祥

富国强民 自由平等 敬业诚信 友善文明

浙江义乌 刘子良作

中宣部宣教局 中国文明网