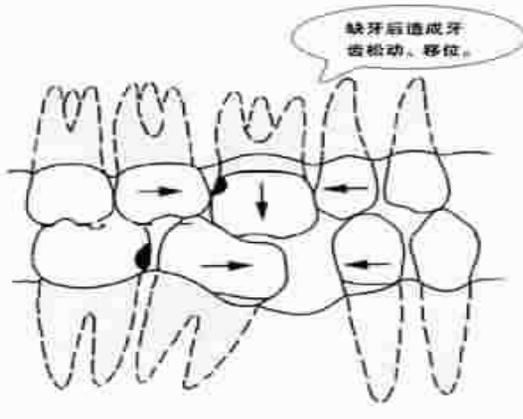


吃饭老塞牙,原来是牙缺失惹的祸

新民健康特邀中、德、美、葡、韩牙科权威现场宣教咨询 报名立享爱牙礼包 ◆ 张筱琳

“年纪越大,吃饭越容易塞牙”,经常塞牙还会导致牙龈肿痛。上海口腔医学会口腔种植专委会委员、原九院种植科专家王申表示,吃饭塞牙在医学上叫做“食物嵌塞”,主要发生在中老年人身上,尤其是在老年人中比较常见。这是因为老年人常有牙齿缺失,如果未及时修复,则可由邻接牙齿倾斜移位,牙间隙增宽,食物就容易嵌塞其中。



牙缺失不修复 易导致恶性循环

人年纪大了之后,牙槽骨吸收,牙龈逐渐萎缩,牙龈乳头退缩,也会让牙齿松动移位,使牙间隙增宽,自然就容易塞牙,而牙齿缺失更加剧了这种现象。所以人们往往不会认为塞牙是什么大毛病,不引起重视。

一旦塞牙时感觉到痛,其实就已经对牙龈造成了机械损伤,甚至出现了牙周病。食物在牙齿里腐烂产生的毒素刺激牙龈发炎,导致牙龈出血,慢慢引起牙龈萎缩、牙槽骨吸收、牙齿松动——这些都是牙周病的表现。而牙齿松动后自然就更易塞牙了,这便形成了一种恶性循环。

掉牙一忍十数年 身体滋生疾病多

牙缺失患者,尤其是多颗牙缺失的患者,有着常人无法体会的苦恼,比如假牙套不稳,咀嚼不方便不能吃自己喜欢的食物,牙槽骨萎缩、面容塌陷衰老,讲话漏风、吐

讲座信息

新民健康、德国弗莱堡大学口腔医学院携手主办“拒绝老掉牙关爱行动”,活动特邀原九院口腔种植科专家,以及来自德国弗莱堡大学口腔医院、瑞士巴塞大学牙科、英国谢菲尔德大学口腔学院的牙科权威,共同组成专家团队,举办讲座,为市民提供种植牙等相关咨询。

报名方式

1. 报名立享价值 690 元爱牙大礼包
2. 与国际权威种植专家面对面交流

报名方式

1. 报名热线:021-62476396
2. 编辑短信“牙齿+姓名+联系方式”发送至 18121287952

字不清等,这些都不同程度地影响着生活质量。

对于当前中国人的现状来说,牙健康问题的确令人堪忧。而且很多中老年人缺牙,一忍就是十数年,身体滋生很多疾病,与药物相伴,花钱不说,快乐又从何而来呢?对于中老年人来说,牙齿是长寿的象征,更是健康的保障。因此,投资口腔健康无疑不会使你的钱源源不断地付诸药物,反倒会为你积累一笔宝贵的财富。拥有一口好牙不仅是自己的福气,也会使整个家庭受益。

选对的专家 规划 20 年牙健康

一颗牙齿的缺失,就会打破全口牙的平衡,加速其他好牙的脱落,类似“多米诺骨牌效应”,可想而知,多颗牙齿缺失危害更大。

如今我们提倡重视口腔健康,新民健康此次特别邀请了中、德、美、葡、韩五国牙科权威,做亚健康讲座及宣教咨询,让你能全面了解自己牙齿问题,并对自己牙齿健康做出更好的规划,让牙健康梦、长寿梦成为现实。

专家介绍



王申
交大医学院口腔医学硕士
原九院口腔种植科专家
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 种植培训讲师
上海口腔医学会口腔种植专业委员会委员
擅长微创种植、即刻种植



扫二维码报名 获赠爱牙健康礼包

治疗慢性咽炎如何避免走弯路

新民健康邀耳鼻喉科专家现场宣教答疑 ◆ 伊雪冰

金秋时节,不少读者出现喉咙干痒,且经常觉得有东西咽不下去的感觉;早晨刷牙,也常会觉得恶心,却吐不出来东西……耳鼻喉科专家提醒,假如你出现这些症状,你可要小心了,可能是患上了慢性咽炎。

小毛病也会成为大祸害

慢性咽炎是一种常见病,为慢性感染所引起,弥漫性咽部病变,主要是咽部黏膜炎症。多发于成年人,其主要病因有屡发急性咽炎、长期粉尘或有害气体刺激、烟酒过度或其他不良生活习惯、鼻窦炎分泌物刺激、过敏体质或身体抵抗力减低等。

相关调查显示,咽喉肿痛、灼热发痒、干涩有异物感、嗓音低沉、声音嘶哑、干咳、干呕、“吭喀”不断,给自己和家人生活带来极大影响。长时间不治疗,当心小毛病也会成为大祸害。

秋季咽炎更易发威

据悉,每逢秋季,患有慢性咽炎的读者是最容易出现病症的。其原因是天干物燥,空气中粉尘浓度的增加,容易刺激并诱发咽喉炎。在我们的传统观念里,比较提倡“春捂秋冻”,然而由于昼夜温差较大,如果不注重保暖,便会诱发急性咽炎,急性咽炎若得不到及时治疗,很容易转变为慢性咽炎。

治疗慢性咽炎最怕走弯路

耳鼻喉科专家提醒,慢性咽炎不是单纯病毒或细菌感染的问题。有些宣传称用微波、激光、射频刀等治咽炎,夸大了治疗效果,并有为追求经济效益而扩大治疗的适应证之嫌,这就要引起病家的注意。不当的治疗引起咽部疤痕可影响分泌功能,恰似火上浇油,更加重了症状。

活动信息

为此,新民健康特邀耳鼻喉科专家王金明、李强为慢性咽炎患者零距离进行宣教答疑,并免费面对面交流,限额 30 名。患者如有需要,可以通过以下报名方式(任选其一)获取防治有关鼻炎的医学健康讲座知识:

1. 拨打新民健康咨询热线 021-52921348
2. 发送短信“咽炎+姓名+联系方式”至 18017315556

报名截止日期:10月12日17:00
温馨提示:报名成功者免费获赠护眼健康用品1份(价值60元)

【特邀专家】

李强
副主任医师。
中华医学会会员,从事耳鼻喉科专业30余年,曾在国内发表论文20余篇。1990年被《中西医杂志》社聘为“特邀”编辑,2003年被上海市专家医学研究中心聘为耳鼻喉科专业医师。擅长治疗慢性咽炎、过敏性鼻炎、鼻窦炎、鼻息肉、鼻骨骨折复位、扁桃体摘除、鼾症、鼓膜穿孔等疾病。



哮喘复发 温差加剧要当心

上海港华医院呼吸科孙傲丽主任谈秋季哮喘

哮喘是典型的“气候”病,病情的发作和天气变化密切相关。上海港华医院呼吸科孙傲丽主任介绍,秋季天气渐凉,早晚的温差加剧,患者极易因感冒风寒导致哮喘反复发作。若不及时治疗,一到冬天,患者会寝食难安,呼吸困难,面色苍白,出汗,甚至可能出现休克。因此,在气候发生变化之初,及时的科学的防治,是哮喘患者安度冬天的重要保证。

阴邪寒气内外夹攻

祖国医学对哮喘有着上千年的防治经验,对此孙傲丽主任指出,哮喘的根源是患者体质虚寒,中医叫阳气不足,从而致肺、脾、肾三脏受损虚弱,功能失调,导致“痰湿伏于内,胶结不去”。因此,每逢炎热的夏季,人体和自然界的阳气最盛之时,哮喘会处于缓解期,不易复发。但是,很多哮喘患者在酷暑季节长时间使用空调,寒气逐渐聚集在人体中。立秋过后,人体和自然界开始“阴长阳消”,外界的“阴邪”与聚集在人体中的寒气内外夹攻,哮喘就会急性发作。因此,秋季对哮喘的防治是哮喘在秋冬不复发的重要保证。

哮喘防治别入误区

很多哮喘患者对防治哮喘存在误区。对此,孙傲丽主任特别提醒,第一,缓解当作“病好了”,不再需要治疗。殊不知,治疗哮喘关键要持之以恒,如果在急性发作时用药,在缓解期停药,长此以往,哮喘不仅不能得到控制,还容易并发肺源性心脏病、慢性阻塞性肺病。第二,不按医嘱使用激素,自以为激素最有效。很多患者盲目依赖激素药剂。其实,长期过量使用激素不仅不利于真正控制哮喘,还会出现耐药性及诸多副作用。尤其使儿童患者出现肥胖、阻碍生长发育的骨关节并发症等较为严重的副作用。第三,追求“一次见效”。有的患者一次治疗有了效果,就以为“治好了”,而有的患者一次治疗不见效就以为“治不

好”,都不再坚持。其实,解决哮喘复发必须要想根治本,每位患者的体质不同,但都必须在正确辨证后坚持长效治疗。

坚持长效治疗

孙傲丽主任介绍道,想要控制哮喘不复发,尤需患者和医生的配合。首先,秉承防患于未然的原则,积极预防,坚持从根本上改善体质。同时,明确哮喘的防治是一个长期的过程,无论是急性发作期还是缓解期,都应遵医嘱坚持治疗,“治疗停停”或者“急于求成”都对控制哮喘发作极为不利。按照自身实际情况进行个性化防治,才能达到理想的效果。此外,患者在日常生活中要保持室内清洁及空气流通,不要养宠物(尤其是猫),避开二手烟。每周用50℃以上的水清洗枕巾、枕套、床单一次,并在阳光下晒晒。

【专家介绍】

孙傲丽
中华医学会呼吸病学会会员。长期从事呼吸道疾病专业的学术研究和临床治疗,擅长对哮喘、急性慢性支气管炎、肺气肿、肺心病和慢性阻塞性肺疾病的诊断和处理。

