保好松牙，牛肉排骨想吃就吃

松牙无需拔掉 松牙老人不遭罪

有松动牙的叔叔阿姨在吃饭时一定会避免使用病牙，松牙的痛苦让他们选择了“治本”——拔牙，看似一劳永逸！“如果不是没有办法，谁都不想去拔牙！”

过去医疗条件落后，松动牙拔掉只是无奈之举。但现代中老年口腔修复技术完全可以将松牙保住，保住的松牙在日常的咀嚼运动中，对牙槽骨造成适度的压力刺激，有效减少牙槽骨的萎缩，从根本上防止松牙的再次松动。

不嚼就吞 肠胃病加重

“吃饭真的是太难了，牙齿松动不太严重那会，吃稍微硬一点的食物，基本都是简单嚼两下或者根本不嚼，直接吞到肚子里。不敢多嚼，硬物硌到松牙疼的我直冒冷汗！”63岁的金叔叔永远记得松牙吃饭的痛苦。

金叔叔寻求过治疗，但都被告知拔掉，再装假牙，看到拔牙的手术钳，金叔叔拒绝了。“我没敢去拔牙治疗，但长期的不良吞咽，让我的肠胃病开始加重！”

后期金叔叔的松牙已经发展到只能允许他吃点“稀烂”的食物，要么干脆是流食，许多食物已经从他的菜谱里去掉了，不平衡的饮食让他的体质下降严重！

忌惮拔牙 为了吃饭却不能不拔

近年来被逼无奈的金叔叔只能接受拔牙治疗，由于需要佩戴假牙，松动的牙齿无法作为假牙的固定依托，所以被拔掉3颗。

“真的是缓了好久才缓了过来，想起来我的头就发晕，要不是我才60出头，可能还真缓不过来，我再也不拔牙了，说什么都不拔了，我宁愿不去治！中老年人接受不了这个，而且还几颗一起拔。”金叔叔对这次治疗极度的不满。

“中老年人治疗松动牙，切忌不要随意拔牙。”口腔疑难专家李思凝医生提醒广大中老年松牙、缺牙患者，“首先，如果采用的是拔牙来进行口腔治疗的话，拔牙之后牙槽骨会失去生理刺激，加速牙床迅速老化。拔牙之后需要3-6个月来恢复，这段时间吃饭又成问题。并且，不是所有的叔叔阿姨都能接受拔牙治疗，一些慢性病患者如：糖尿病，心脏病等拔牙禁忌症患者是不敢轻易拔牙的，否则后果是他们身体条件所不能接受的！”

保住松牙无需拔牙 选对正确治疗手段很关键

“害怕拔牙，但是近几年牙齿又开始松动，每次吃饭对我来说都是煎熬，我只想找不拔牙就能治松牙的方法。”金叔叔对于不拔牙治疗松动牙有着非常迫切的愿望！

“现代的医学技术完全可以做到这一点！”口腔疑难专家贾俊豪医生说道，“只要经过详细检查，松动度在2-3度以内的松动牙都是可以保留住的，并且多数的叔叔阿姨松动程度都在这个范围之内，切忌不要随便拔除松牙！”

“套筒冠利用夹板原理将松牙重新固位，使咀嚼力大大增加。如果的松动牙，只能勉强吃蛋糕，在套筒冠固定以后，嚼花生、啃苹果都没问题。只要治疗及时，松牙就能保住不拔，好牙能做吃的东西，松牙固定好后同样可以”贾俊豪医生透露。

招募50名多颗松动牙、残牙根患者
新民特邀口腔专家现场面对面咨询

8月26日——28日，新民健康特邀知名口腔专家、院长，为饱受松动牙、缺牙困扰的中老年人们带来爱牙讲座，专家面对面为您提供口腔健康指导建议，科普先进的“保松牙套筒冠”保松牙理念。

如果您常年饱受假牙、松动牙、缺牙、口腔问题复杂等痛苦，均可报名参加！

报名成功

- 免费参加“无挂钩、保松牙、套筒冠技术”科普
- 国内知名中老年口腔专家亲临，免费咨询答疑。
- 有机会获赠中老年专用口腔护理套装（内含牙刷、中老年专用牙膏、义齿清洁片、义齿按摩刷、义齿护理盒、义齿刷）

活动时间：8月26日—8月28日

地址：上海市浦东新区浦建路145号强生大厦6层
报名参加：新民健康咨询热线：021—52921706

或编辑短信“爱牙＋姓名＋联系方式”发送至19901633803参与报名！

（每次活动名额限30名）

■口腔疑难杂症专家介绍

李思凝
中华口腔医学会会员
中国老年学学会健康促进行动特聘医师
ITI国际口腔种植学会会员
韩国Dentium种植系统特训医师

从事高端口腔临床工作十五年，专注牙列缺损、牙列缺失等口腔修复问题，针对精密附着体修复和种植牙修复具有丰富的临床经验和精湛的技术水平。

贾俊豪
中华口腔医学会会员
中国老年学学会健康促进行动特聘医师
ITI国际口腔种植学会会员
韩国Dentium种植系统特训医师

从事高端口腔临床工作近三十年，专注中老年口腔修复牙周，针对精密附着体修复和种植牙修复具有丰富的临床经验和精湛的技术水平。

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。

●国内邮发代号3-5／国外发行代号D694／全国各地邮局均可订阅／广告经营许可证号：3100020050030／社址：上海市威海路755号／邮编：200041／总机：021-22899999转各部
●本报印刷：上海报业集团印务中心等，在国内外7个印点同时开印／上海灵石、上海龙吴、上海金桥、上海界龙／北京、香港、美国洛杉矶
●本报在23个国家地区发行海外版／美国、澳大利亚、加拿大、俄罗斯、西班牙、泰国、菲律宾、日本、法国、巴拿马、意大利、荷兰、南非、匈牙利、新西兰、罗马尼亚、尼日利亚、印度尼西亚、阿联酋、英国、德国、希腊等
24小时读者服务热线 962555
本报零售价 每份 1.00元