

# 人没退休牙先“下岗” 种植牙让牙“重返岗位”

## 专家:种牙需趁早

◆ 张筱琳

经常听到一些中老年朋友调侃自己,人还没退休,牙齿就已经陆续“下岗”了。而研究发现,人类牙齿的实际寿命或有120年。人生经历风风雨雨,牙齿一生的道路上也充满各种挑战,比如龋齿、牙周病。若保护得好,牙齿几乎可以陪伴我们一辈子,虽然这在以前是难以想象的。

### 牙不好,受连累的不仅是胃口

牙好胃口就好,牙齿不好带来的却不仅仅是胃口不好的烦恼。牙齿作为消化系统的“第一道关口”,缺牙咀嚼,会增加胃的负担,连累消化系统,特别是中老年人,当牙齿缺失或牙列缺失后,人体的咀嚼效果影响营养成分的吸收,严重的还会出现消化系统疾病。当牙齿缺失较多时,口腔关节也受影响,剩余牙齿将会有倾斜、移位等现象,长此下去会出现面容逐渐塌陷、影响发音,甚至会加重心血管疾病,阻碍记忆力等。



种植牙

### 种植牙,让牙齿永不退休的奥秘

口腔种植科主任王申表示,种植牙是国际口腔界修复牙缺失的主流方式,也是中外牙缺失者的首选。种植牙和真牙一样有牙根和牙冠两部分,通过微创手术将与人体骨质相容性极高的纯钛牙根,植入缺牙区牙槽骨内。钛金属具有轻巧、坚固、不生锈、耐腐蚀等特性,是临床医学上广泛应用的一种材料。纯钛牙根与牙槽骨通过骨结合连接,具有很强的稳固性,再在纯钛牙根上安置特制全瓷或烤瓷牙冠,使得种植牙就像真牙“长”出来一样,外形与咀嚼功能媲美真牙。

有分析表明,在发达国家,经种植牙

手术的人5年存留率在95%以上,10年存留率在90%左右。但这些数字都只反映了平均水平。许多种植牙实际比真牙还要坚固耐用,在正常使用下,经过10至30年后,只有极少数的人需要拔除这些人工牙根。可以告诉大家的是,一颗最早的现代种植牙,为缺牙者完美地服务已超过40年。

### 认知误区容易延误牙齿修复时机

很多中老年牙缺失者容易陷入认知误区,从而影响口腔健康,降低了生活质量。常见的认知误区主要有以下两种:

误区一:缺牙修复不着急,过几年也不迟

缺失牙相邻的牙齿失去制约,向缺牙间隙发生倾斜、移位;缺失牙的对颌牙齿也因失去咬合力刺激而向缺牙部位发展。口腔种植修复科主任王申提醒读者:缺牙时间越长,使缺牙修复难度增加,甚至丧失修复条件,正常牙齿也会加速脱落。

误区二:等全部牙掉光,再镶满口假牙

当口内还有牙齿存在时,所镶的假牙叫做局部义齿;当牙齿全部缺失时,所镶的假牙叫做全口义齿,也就是百姓常说的满口假牙。戴用全口义齿容易出现固位力不足的缺点,也就是假牙不能稳定地位于牙床上。如果患者以前从未佩戴过假牙,直接佩戴全口假牙不容易适应,将会给日常生活造成很大困扰。

### 医生简介



王申 上海交通大学医学院口腔医学硕士,曾在上海交通大学医学院附属第九人民医院口腔种植科从事种植及美容修复工作近十年,现任上海圣贝口腔种植科主任。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,多次赴瑞士、意大利、日本等国家进修。擅长微创种植、即刻种植、精通牙美容、种植美学修复、烤瓷全瓷修复,各类活动、覆盖义齿修复。



扫一扫,关注王申医生,了解更多护牙知识

## 蹲点开抢免费专家咨询号



张淳

本市各医院临床一线医务工作者为广大就医人群贴心准备“红包”——免费专家咨询号,有需求的读者可拨打新民健康工作室热线:021-62476396,时间:周一至周五10:00-17:00,端午假期休息。报名截止日期:6月18日(周三)12:00,也可发送短信“专家+姓名+联系方式”至15001961787报名。

张淳 副主任医师

擅长:综合应用各种新技术治疗各种眼底疑难疾病、复杂白内障、疑难玻璃体视网膜病以及严重眼

外伤。

宋蓓雯 副主任医师

擅长:眼科常见病及多发性的诊治;各种出血性、缺血性及增殖性眼底疾病的检查、诊断及激光治疗;多种眼外伤的临床救治;玻璃体视网膜疾病的手术治疗。

吴鹏锋 副主任医师

擅长:对膝关节炎、颈椎病、肩周炎及各种疑难、复杂性骨科疾病有着独特的治疗方法。

田建军 副主任医师

擅长:多种微创手术治疗颈椎病、腰椎间盘突出症、椎管狭窄等。



吴鹏锋



田建军

## 祛痘不怕严重 内调立竿见影

发青春痘有非常复杂的体内因素。人有多钟体质,不同的体质就会产生不同类型的痘痘,比如冷痘、热痘和混合型痘痘等。因此,祛除的方法也各不相同,绝不能千人一方。然而,目前市面上普遍方法就是把清热解毒当成祛痘的万能神器,什么样的痘痘都离不开清热解毒,误导患者服用各种各样名目繁多的祛痘排毒的汤剂。结果不仅仅痘痘没有根本好转,反而越来越厉害,甚至把胃也吃出了毛病。这使许多孩子和家长深感失望和

迷惑。

我作为一名长期从事专业祛痘的专家,想说的是:要使痘痘得到根治,就绝不能盲目地使用清热解毒法,找准体内根源,因人而异,用一把钥匙开一把锁的方法调理身体。解决好体内的问题才是祛痘的根本出路。皮肤问题不是孤立的,它是身体内的一面镜子。痘痘长在表面,跟源却在体内。只有把身体内部调理好了,脸上的油脂、毛孔粗大、痘印等问题就都不存在了。

上世纪80年代,我从医

院辞职出国深造,回国后专门从事祛痘事业。20多年来,我在研究青春痘与体质的相互关系、内部体质调理方面花了大量的心血,并用之于实践,取得了另广大痘痘患者满意的成效。我的那一套外用内调、以内为主、内外兼顾的方法,使祛痘又快又好,让很多祛痘无效失去信心的人重拾健康和美丽!

余兰

杰里专家祛痘电话:

61220588

静安区昌平路667号

## 呼吸困难 胸闷窒息 睡不安寝 猝死隐患

# 哮喘:冬病夏治事半功倍

立夏一过,中医的“冬病夏治”又掀起了高潮,其中的“冬病”就是众多的哮喘患者。这是由于哮喘是典型的“冬病”,人夏后随着自然界和人体阳气上升,病情进入“缓解期”。中医在千年实践中总结的“冬病夏治”的方法,即是充分利用夏季“阳盛阴衰”的自然规律,为人体补充元阳以对抗秋冬“阴邪”的“正”气,有效控制哮喘在秋冬的反复发作,让患者摆脱食不知味、睡不安寝的痛苦。因此对于患者而言,“夏治”哮喘的拥有事半功倍之效。

### “缓解”不等于病好了

中医将哮喘俗称为“寒喘”,已有长达千年的历史。中医指出,哮喘患者往往体内虚寒,中医叫阳气不足,也就是自身热量(能量)不够,产热不足,寒从内生。这种内在的寒气极易使肺、脾、肾三脏受虚寒,导致“痰饮伏于内,胶结不去”。每到冬季,阳气不旺的哮喘患者还极易受外界寒邪侵袭,“内外夹攻”,使“宿痰”为内邪引动,肺脾为外邪侵入,就会引起反复发作。而到了夏季,由于气温升高,导致哮喘复发的诱因“寒邪”减少,哮喘症状便会“减轻”或者“消失”。其实这并不代表“病好了”,只是处于病情的缓解期,病根并未真正去除。

### 利用夏天补阳扶正

哮喘的“冬病夏治”充分体现了祖国医

学“天人合一”、预防为主防治理念,即将季节及气候特点和人体自身特点相结合,将两者优势最大化。夏季是一年中医气温最高、阳气最盛的季节,此时人的经络相对通达,气血也较充沛,顺应这一“阳盛阴衰”的有利时机,加上中医“补阳”的推动作用,就能最大限度的给虚寒本质的哮喘患者补充足够的阳气,驱风祛寒,调整人体的阴阳平衡,修复因虚寒受损的脏腑,并同时为秋冬储备足够的抗寒抗病能力,使哮喘患者在秋冬“正”气内侵,不易为寒邪所侵,不再受哮喘复发的苦。

### “冬病夏治”解决病根

不少患者冬天发作就去医院,夏天缓解就掉以轻心,这是哮喘反复发作根本原因。目前国际医学界公认哮喘是“三大必须终身用药疾病之一”,因此,除了早发现早治疗,夏季缓解期的坚持治疗尤为重要。中医对于哮喘的“冬病夏治”秉承的便是“急则治其标,缓则治其本”的原则,指出在夏季哮喘缓解期,从补肾、润肺、健脾入手,结合祖国医学哮喘“治本”原则和现代医学优势,改善病人体质,调节免疫功能,针对的是哮喘秋冬复发的“根源”。只有哮喘患者在缓解期坚持对“病根”的长效防治,才能真正起到防复发的作用,这是从根本上控制哮喘的重要保证。

文/韩东

# 上海港华医院 呼吸内科

医院地址:201404 17 C99号 在线咨询:201404 17 至2015年4月18日

地址:上海市淮海西路282号、286号 联系电话:021-62940057