

有一副好牙 想吃啥吃啥

缺牙、戴假牙不适 您还在拖、忍、扛

新民健康邀请了国内微创种植技术率先引入者、美国加州大学 (UCLA) 种植硕士、ICOI 国际种植牙医师协会研究员、美国罗马琳达大学种植临床硕士、美国纽约大学 NYU 种植学会会员、国际口腔种植学会 (ICOI) 会员、原上海九院口腔种植科专家、上海知名口腔医院技术院长、著名口腔医疗集团 (上海) 种植技术总监等多名口腔种植专家来沪, 为缺牙、假牙、烤瓷牙使用不适者提供一对一限时咨询!

新民健康答疑热线 021—
3331 8171
或编辑短信“爱牙 + 姓名 + 联系方式”发送至
1333 1917 156

限时咨询 名额有限!
■爱牙大礼包免费送!
■专家现场一对一咨询并定制个性化健康方案!

◆解雯
指 导 专 家

魏兵
中国医科大学学士
近 20 年口腔临床经验
美国罗马琳达大学种植临床硕士
ICOI 国际种植专科医师协会会员
中华口腔医学协会会员
曾就职于中国医科大学附属第一医院
日语、英语沟通流畅

扫一扫 免费咨询专家

“我有高血压, 不能用刀、不能用钻; 不想做烤瓷牙; 不喜欢活动假牙, 不能带挂钩。”61 岁老教师徐老太提出的“四不能”要求, 在很多口腔机构均被回绝: “这简直是痴人说梦!”

活动假牙安装需谨慎

活动假牙是利用剩余天然牙、口腔黏膜和骨组织作为支持, 用人工牙恢复缺牙的形态和功能。安装便捷价格便宜, 往往异物感明显, 需要每天摘戴, 进行清洗, 吃饭时容易在口中来回移动、压迫牙龈, 严重的甚至会引起口腔炎症, 对其他健康牙造成一定伤害。因为没有“牙根”支撑, 活动假牙

只能恢复真牙的三成左右咀嚼力, 无法尽情享受美食, 还需要定期送到专业机构进行检查和调整, 一般使用 5 年。若佩戴不适, 易促使牙槽骨加速吸收, 导致骨量不足, 给未来缺牙修复带来很大的困难。

烤瓷牙维护不当
坏一颗丢三颗

烤瓷牙是通过磨除相邻的部分好牙, 来进行缺牙修复的牙冠 (牙桥), 可恢复真牙约 5-7 成的功能。烤瓷牙桥需要“借力”相邻的健康牙, 是一个 3 颗、4 颗牙冠以上的整体, 对牙龈有一定的压迫、刺激, 因金属离子渗出导致牙龈黑线、红肿问题, 一般使用 10 年就需要重新修复。如果维护不当, 会引起口腔炎症, 形成蛀牙、牙周病, 对其他健康牙造成一定伤害, 甚至引发损坏 1 颗少 3 颗的严重连锁反应。

一次种牙
吃饭终身不用愁

一颗好的种植牙可以享用一生, 并且可最大限度恢复咀嚼功能, 其具有不伤邻牙的特点, 能咬碎核桃、坚果、鸡鸭骨头、螃蟹等较为坚硬的食物, 无论是形态、色泽、牢固程度、咀嚼功能等均与真牙几乎无差别。

1965 年, 瑞典人 Gosta Larsson 是世界上第一例尝试接受种植牙的患者, 他的这颗种植牙整整为其服务了 42 年, 直到 2007 年他去世时, 种植牙仍然完好无损。

舒适微创即刻种植, 全程几乎无痛感, 结合舒适牙科, 利用口腔 CT 提供精准支持, 按照术前设计好的位置、角度、深度将纯钛“生态牙根”植入牙槽骨, 修复时间从传统的 6 个月缩短至最快 2 小时戴牙, 真正让缺牙者体验到当天种牙当天进食的愿望, 如果维护得当, 则可以使用终生。

肿瘤患者术后防复发是关键

新民健康送出 30 个免费专家咨询号

据统计显示, 我国新诊断的肿瘤患者中一年复发率为 60%, 死于肿瘤复发和转移的患者超过 80%。临床研究数据显示: 手术、放化疗结束后出院后的 1-2 年为复发、转移的高危期。因此, 预防肿瘤复发和转移比治疗更重要。那么, 如何防止肿瘤的复发转移呢? 肿瘤专家王振国教授给出了答案。此外, 新民健康还送出王振国教授的免费专家咨询号, 需要参加的读者可预先报名, 限 30 名。(报名方式见活动信息)

[活动信息]

新民健康送出肿瘤专家王振国教授的免费专家咨询号, 限 30 名。需要参加的读者可拨打 021-52920338 预先报名, 或编辑短信“王振国 + 姓名 + 联系方式”至 13651992536。

定期复查, 跟踪随访

由于目前尚无复发和转移的可靠、早期预报信号, 因此, 为及早发现复发转移, 需要对病情进行定期复查和跟踪随访。定期复查的时间一般在患者出院后每三个月进行一次, 两年后每六个月一次, 直到五年, 五年以后可以每年进行一次复查。复查时, 医生要给患者进行全身检查, 当患者出现症状时, 应进行相应的胸、腹部 CT, 颅脑 CT 或 MRI, 骨扫描, 纤维支气管镜检查等。对出院患者的跟踪随访是主管医师在康复期必须完成的一项基本工作。跟踪随访应每月进行一次, 第二年以后每季度一次。跟踪随访要全面了解患者出院后的饮食、睡眠、身体康复锻炼情况, 对患者的康复期生活予以正确指导, 以防止因不良生活习惯和运动不当导致复发和转移。

此外, 免疫功能低下是患者在康复期肿瘤复发转移的首要因素。人体的免疫系统每天要消灭成千上万的肿瘤细胞。但如果人体的免疫功能低下, 就会有大量的肿

瘤细胞存活下来, 逐渐导致肿瘤的复发和转移。尤其康复期的患者, 在放化疗后, 免疫功能进一步下降, 严重影响患者康复治疗效果。提高免疫功能, 使人体自身抗肿瘤能力增强, 是防止肿瘤复发和转移的重要条件。值得一提的是, 肿瘤患者在常规治疗后, 还需要有继续治疗的概念。康复期应该怎样接力治疗? 专家表示, 康复期的患者, 在检查各项指标有异常时应该抓紧大剂量用中药治疗, 没有异常可小剂量维持治疗, 一般每个月服用 10 天抗癌中药较好。

需重视心理和饮食疗法

一个健康人患病后必然会产生相应的心理变化, 而肿瘤患者的心理变化则更为明显。紧张、焦虑、不安、孤独、恐惧、怨恨、悲伤、抑郁等心理失衡不同程度的出现。这些现象也将反复影响患者的正常康复。因此, 医护人员要对患者进行心理疏导, 解除他们的心理障碍, 树立战胜癌症的信念; 患者的家属也应该照顾好他们, 帮助患者走

出病魔阴影, 用积极的态度对待人生; 患者要用良好的心态配合治疗和康复。切忌怨天尤人, 心灰意冷, 自暴自弃, 要用自己的新生, 证明人生的价值。黑龙江的一位农村妇女患了肺癌, 治愈后, 为了回报社会和家

人对自己的关爱, 通过电话, 积极为癌症患者做“活疗”, 以亲身经历鼓励患者活下去, 并志愿捐献眼角膜和骨髓。

此外, 还要重视饮食疗法。很多人得癌症是吃出来的。比如发霉变质的花生、大米等含有黄曲霉素, 吃了会诱发肝癌等。因此, 我们应该重视饮食健康, 多吃新鲜蔬菜、水果, 减少癌症发病率。例如百合有止咳润肺作用。多吃点豆制品、红枣、红小豆、大蒜等食物。在康复阶段, 癌症病人要设法增进食欲, 提倡吃杂粮, 饭菜要清淡可口, 荤素搭配, 进食时要环境轻松、心情愉快。

最后专家强调, 要有规律, 适当锻炼。无论作息时间、学习娱乐都要有规律。规律的生活可使机体处于正常的工作状态, 这样, 肿瘤的复发、转移也就无机可乘。适当锻炼是健身、治病、养病最好的方法。

专 \ 家 \ 简 \ 介

王振国
主任医师, 研究员、教授。享受国务院特殊津贴的国家有突出贡献中青年专家, 首届“中国十大杰出青年”“全国十大科技英才”。曾参加国家行政学院两院院士和专家研究班学习。现任国际抗癌康复协会会长。王振国从事抗癌药物研究和临床工作 40 多年, 擅长用中西医结合方法治疗肿瘤, 挽救了无数患者的生命。