

追生二胎,老人带娃感叹“吃不消” 缺牙老人的“二胎困扰”:牙不好

◆解受贤

自沪上二胎政策部分开放以来,许多家庭有了生二胎的愿望,尤其是老人们更加心切。许多人选择追生二胎,不乏一些高龄产妇,父母们也已过花甲之年。然而不少家庭不是因为经济能力无力生养二胎,而是因为二胎谁来抚养的问题,老人们身体状况欠佳,实属心有余而力不足。不久前,静安区年近七旬的余老太最近就遇到这样的“喜事”。



新民健康特邀近距离与专家团队面对面交流,凡电话报名成功的读者可享受价值5500元的牙修复关爱基金,以及爱牙大礼包一份,现场可获得专家团队定制的个性化健康方案。

报名方式:
新民健康咨询热线 021—
33313371
或编辑短信“爱牙+姓名+联系方式”
发送至 13331917156 报名

指导专家



魏兵

中国医科大学学士
美国罗马琳达大学种植临床硕士
ICOI 国际种植专科医师学会会员
中华口腔医学会会员
毕业于中国医科大学口腔临床专业,曾就职于中国医科大学附属第一医院。1996年在日本昭和大学进修,并在日本口腔医院工作多年,深谙日本齿科医疗理念。



缺牙老人的苦衷: “牙不好,吃不消”

老人苦诉道,我已经68岁了,身体越来越不好,牙齿已经没剩几颗了,现在吃也吃不动了,睡也睡不好,胃病高血压要一直吃药,儿媳妇要生二胎,我可带不了。

专家表示,牙齿健康关系我们的身体健康,最直接的影响就是牙齿掉了,吃饭吃不下,肠胃消化不好,长此以往身体肯定受影响。有关研究曾表明,中老年人牙齿缺失对身体的影响是慢性病病发的诱因之一。

“和身体其他部位的体检一样,看牙可以

早期发现一些重大疾病隐患。牙周病不只局限于口腔内,病菌可以通过牙根进入血液,会使动脉硬化恶化,间接引发心肌梗死和脑梗死,也会增加患糖尿病的风险。”最重要的是,牙齿缺失的中老年人吃饭成了大难题。

生二胎, 牙修复“迫在眉睫”

如今,随着生活水平的日益提高,人们对生活质量也越来越重视,有一口“好牙”显得很重要。老年人都会受“老掉牙”的困扰,对于长期受困于全口假牙固位差、咀嚼力低

下的老年人来说,拥有一口好牙才是有效解决的办法。目前许多老年人都已意识到最好的投资就是投资健康,甚至将放弃投资股票投资口腔健康,老年人为了自己晚年幸福健康投资,牙修复“迫在眉睫”。

对于儿女们,为了老人能有一个健康的幸福晚年,父母老人身体健康、幸福生活,看着爸妈每天咀嚼无力、食之无味,身子骨一天天瘦弱,心里还能忍受吗。长期缺牙给父母健康带来严重影响,以前总想着缺牙后就简单戴个假牙,现在既然了解到更好的修复缺牙的方法,为了父母健康,他们能够有一口好牙,晚年也能享受美食,过得更幸福。

白内障手术步入“屈光”新时代

◆吴瑞莲

随着人们对生活质量要求的提高,白内障手术已不再是单纯的追求简单的复明,而是要求最大化地提高术后视觉质量,不仅要看得见,而且要看得清晰、持久、舒适。这种观念的改变直接要求手术中引入“屈光”的概念。专家肖耀廷主任指出,一些患者本身可能就患有近视、散光等问题,生活中需要佩戴眼镜,然而摘除白内障植入人工晶体后,惊喜地发现他们在晚年生活“摆脱”了眼镜的束缚,生活更加方便了。

障,对于老年人的正常生活以及休闲娱乐产生巨大的影响。

“我有白内障,眼睛也老花得厉害,看书读报时都得戴眼镜,觉得很麻烦。有没有一种技术,在解决白内障的同时,让我摘掉眼镜呢?”这也是当下一些白内障患者特别关注的问题。

据肖主任介绍,白内障,尤其是老年性白内障,是一种常见的眼病,多见于50岁以上,且随年龄增长而发病率增多。部分白内障患者在术前就有角膜散光,这种散光是由于眼角膜弧度不规则所致,在散光情况下,视觉的焦点会不精准,导致画面模糊。

采取传统白内障手术只能解决其晶体混浊的状况,老花、近视、散光等问题仍会存在,患者术后还需要佩戴眼镜,仅仅只限于看得见的状态,日常生活存在诸多不便。肖主任说,传统的白内障手术复明效果,即“看得见”,已不能满足中老年人旅游、开车、钓鱼、打麻将、跳舞等活动的需求。

现在,白内障手术已经发展到如同验配眼镜那样,目的是为了改善视觉质量从而提高生活品质,不仅让患者能看见,而且还要看得清晰、持久、舒适。白内障复明手术已经进入“屈光性白内障手术”的新时代。

可根据眼睛情况 选择合适“镜头”

人的眼睛宛如是一台精密的相机,晶状体就相当于相机的镜头。年龄的增长,使得晶状体逐渐老化浑浊,就像镜头使用时间久了,就会产生磨损的现象一般。那么该如何选择我们的“镜头”呢?

肖主任介绍,普通折叠人工晶状体手术切口比硬晶体小,手术恢复快,度数范围广,

使看东西更接近自然状态,有的还能过滤对视网膜损伤大的蓝光。非球面人工晶状体技术视觉质量更好,眩光感降低,晚上看东西视觉效果更佳。而矫正散光的人工晶状体技术适合散光度数较高患者,通常60岁以上的老年患者中不少均有一1.0D以上的散光,这类患者较适合植入矫正散光的人工晶状体,从而术后可以获得更清晰的视力。多焦或可调节人工晶体技术则可以纠正近视、远视,满足生活中看书报,看电脑,打球,看风景的清晰视觉。

肖主任建议,患者可以在医生的指导下,根据自身眼睛的情况进行选择。他强调,不必等到白内障成熟了才手术。只要因白内障引起视力或视觉质量下降,影响日常工作、学习、生活,即使视力还有0.3以上,甚至0.5左右,就可以考虑手术。并且人工晶体植入术不只是老人的专属,也成为高度近视人群的一大选择,治疗高度近视的同时,还能防止白内障的发生,可谓是一举两得。

眼检查与养护并进 眼疾远离你

肖主任提醒,中老年人高度近视是各类眼底疾病的一大诱因。高度近视患者都存在着罹患白内障、青光眼及视网膜疾病的风险。对于这些患者来说,进行每年一次的定期眼检查,锁定可能出现的眼疾问题,才能有效防控眼疾的发生。

当然,最为重要的是中老年人应当养成良好的用眼习惯,控制每天看电视、电脑的时间;在强光下使用墨镜进行防护;多食用叶黄素丰富的食物等等。老年生活丰富多彩的今天,可不要让眼疾成为阻碍。

新民健康推出 眼科专家免费咨询号

即日起,新民健康特别推出“送专家免费咨询号”活动,本期将分别送出30名眼底病专家肖耀廷主任医师咨询号与30名眼底病董珺医师咨询号,有需求的读者可拨打新民健康会员服务专线021-80261680(10:00-17:00),或发送短信“专家+姓名+联系方式”至18917328756报名参与。



肖耀廷 主任医师

擅长:从事眼科临床工作30多年对眼科常见病罕见病有着丰富的经验,尤其擅长白内障超声乳化手术、角膜炎、角膜溃疡等各种复杂病症诊疗和手术。



董珺 医师

擅长:超声乳化手术治疗白内障;眼底病的诊断与激光治疗;复杂性视网膜脱离、糖尿病性视网膜病变及眼外伤等玻璃体、视网膜手术;黄斑裂孔及黄斑前膜的手术治疗以及超声乳化、玻璃体切割联合性手术。

不仅要“看得见” 更要“看得清”

如今,中老年人的晚年生活越来越丰富。有些中老年人选择立足于家庭,有的选择再返岗位,有的选择相伴旅游……还有的人觉得年纪大了,不等于一切趋于停止,写字作画,既陶冶情操,也可锻炼身体;种花养鸟也是一种有益活动,鸟语花香别有一番情趣;跳舞、气功、打球、下棋、垂钓等都能增进身心健康。然而,俗话说:“花不花,四十八。”由于年龄的增加,大多数老年人都会伴有老花眼等视力问题,严重的甚至会患上白内