牙缺失读者－专家讲座反响热烈

原九院种植专家现场缺牙热点答疑

◆ 叶雪菲

新民健康于5月8日开展的种植专家讲座活动圆满结束。上海口腔医学会口腔种植专业委员会委员、原九院种植专家王申为到场读者生动形象地介绍了缺牙的危害以及目前主流的缺牙应对方法。现场互动气氛热烈，对于目前缺牙者关心的热点问题，王医生都给予一一解答。

特邀专家简介

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
专注于微创、即刻种植，牙齿松动治疗

以下是热门问题集锦——

■ 缺一两颗牙，真的会有很大的健康隐患吗?

王申表示，牙齿缺失不会像肢体的缺损那样引起人们高度的生活困难。因此，对牙齿缺失的就诊需求，与人的口腔保健意识、生活水平有着密不可分的关系。

然而，对于牙齿这样一个高强度、高频率的受力器官，牙列中有一颗牙齿缺失便意味着三维动力平衡被破坏，邻牙倾斜、牙周组织的破坏、食物嵌塞引发龋齿、咬合紊乱等都是不可避免的。最直接的影响就是咀嚼效率的下降，其次，缺牙者出现消化系统疾病、患糖尿病、冠心病、脑中风、老年痴呆症的比例均比牙齿健全者高。

■ 缺牙时间长短，对处理难度有多大影响?

牙齿脱落后，牙槽骨会发生持续性的萎缩，萎缩的速度每年为0.5–2.0毫米，这种萎缩是不可逆的，时间越长，萎缩越严重。缺牙如果拖了好多年才来看，检查就会发现牙槽骨如同鸡蛋壳般薄，本来一些简单的方式就能处理，由于“拖延症”，必须采取更为复杂的方式才能完成，患者受的苦也多，经济花费也更大。由于每个牙缺失患者所面临的问题不同，所以缺牙后尽量半年内到医院进行检查，并且制定出最合适的治疗方案。

■ 缺牙处理方式多，如何选择适合自己的?

目前常规的有三种缺牙处理方式，患者在选择之前，应该详细了解每种方式的优缺点，以及它有无“近远期碍害”。因此，选择正规医院及有责任心的专家很关键。通过全面的口腔检查，掌握的口腔情况，切不可盲目追求廉价和便捷。如果是患有高血压、糖尿病的缺牙者，在病情控制稳定的前提下，可以选择更舒适、疼痛感更小的方式来处理缺牙。

另外一些牙齿松动的患者，如果是重度的牙齿松动，继续勉强采取“保牙”措施，则可能加重邻牙的负荷，还会加快牙槽骨的吸收。如何判断松动牙齿该“保”还是“拔”，则应寻求牙医的帮助。

读者朋友如果有更多疑问，可以拨打新民晚报爱牙健康热线:**021–62476396**，连线专家解答回复。也可通过扫描二维码关注爱牙讲座信息及更多爱牙资讯。

讲座信息

新民健康现主办“老有所依·关爱牙缺失人群”活动，特邀原九院口腔种植科专家，以及沪上知名牙科权威共同组成专家团队举办讲座等，为市民提供牙缺失如何处理等相关科普知识。

1. 报名后即免费享受种植专家面对面宣教
2. 扫二维码报名获赠精美牙刷

报名方式

报名热线:021–62476396
或编辑短信“牙齿+姓名+联系方式”发送至 18121287952

本活动为公益活动，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

换个角度来关“心” 呵护妈妈“更”健康

◆ 唐若雯

每年5月的第二个星期日是一年一度的母亲节。作为每个人人生中最重要的角色，妈妈们可谓是家庭里的全能超人，她们往往集教育者、榜样和朋友的多重角色于一身。然而，随着年龄的增长，对于妈妈们而言，更年期是一个必须艰难跨越的门槛。

更年期的症状主要发生在45岁至55岁这一阶段的女性身上。由于激素水平的急剧变化，不仅会导致身体钙质流失，伴随夜间盗汗、性情多疑、情绪暴躁等更年期症状出现，其心血管疾病的发病率也会随之升高，近年来更成为更年期女性死亡的头号危险因素。

■ 关注心血管健康，警惕更年期风险

根据研究表明，更年期前的女性心血管疾病发病率为4%，而更年期后的女性则上升至36%，因此更年期后女性更易发生心血管疾病。女性在进入更年期后，伴随着雌性激素的缺乏，加之“三高”、肥胖等一系列问题接踵而至，心脏的自身保护力大大退化，心血管变得更加脆弱，因此心血管疾病发病风险也显著增加。同时，由于女性的血管一般都比较细小，细小的血管不仅更容易阻塞，并且将会给手术治疗和防止术后复发增加不小的难度。因此女性更应该在日常生活中多关注自身的心血管健康，针对更年期女性心血管疾病的危险因素及时进行有效的筛查，以确定自己的心血管危险水平，尽早做好防控措施。

■ 积极防控护健康，辅助药物来帮忙

在日常生活中，更年期女性首先应当保持健康生活方式，合理饮食，适当锻炼，控制体重，戒烟戒酒，和家人、朋友多进行沟通，保持愉悦心情，在轻松愉快的家庭氛围里，更有利于更年期女性调整自己的心理状态。

同时，更年期女性除了自我调整之外，由于雌激素水平下降将引起相应的心血管症状，还应当通过药物进行辅助治疗。对于已发生心血管疾病的女性及心血管疾病高危人群，应使用心血管病二级预防治疗药物，如阿司匹林。目前，公认低剂量阿司匹林具有抗血小板聚集作用，能起到预防各种缺血性心脑血管病的作用。阿司匹林作为一种有效的预防手段，更被《女性心血管疾病预防指南》推荐为“应长期服用阿司匹林预防心肌梗死等心血管疾病”。

野生山茶油 无条件 免费发放

免费

当今社会，饮食健康成为人们十分关注的问题，现国仁康推出科学饮食，健康进万家活动。现面对上海市55周岁以上居民免费发放500ML野生山茶油一瓶(价值318元)

凡年满55周岁以上者，请进行电话预约，预约结束后统一免费领取，限量发放600份，领完即止！广告

免费预约电话：400-728-1868

招商 征出租

厂房写字楼招租 九亭涞寅路1898号 37775835 13564892930柏

金山经济区 特办医疗器械 特办一般纳税人 近万企业 64696698 日夜

闵行开发区 快速注册各类公司 特办一般纳税人 64682438 日夜 徐家汇蒲汇塘路11号601室 代理记账

寻求合作 浙江德清县新安镇梵行寺 遗站 保存完好，现寻求合作开发 13906828084 嵇先生

诚信合法 债务纠纷 24H 62221007 精办江浙沪

遗失声明
上海尊尚模具科技有限公司遗失建设银行开户许可证，编号J2900083060802，声明作废！

遗失 黄国华遗失特种设备(叉车)驾驶证一本，身份证号:310225197112173014，声明作废

婚介信息

征婚 可速婚、开销我来美丽女医生68岁丧寻入住男13795218037
征婚 可速婚公务员女77岁未婚多套房不愿进养老院13774475827
征婚 容貌好女医生69岁丧无亲无孩孤独寂寞盼入住不计经济与无房相互关心13661535090
特别推荐 美丽女中医73岁未婚薪丰肤白党员宽房无亲人33100611
温柔贤良女护士长觅缘63岁未婚无亲人依靠宽房觅年长心善男士上门为伴33100376
征婚 愿育圆梦女40岁丧开厂家业无人后继寻体健13761493041
征婚 国企退女69岁丧独2/1有商铺秀丽脚微跛(入住)56034080
征婚 富有孤身女医生72岁未婚宽房寻88岁内上门伴15221157325

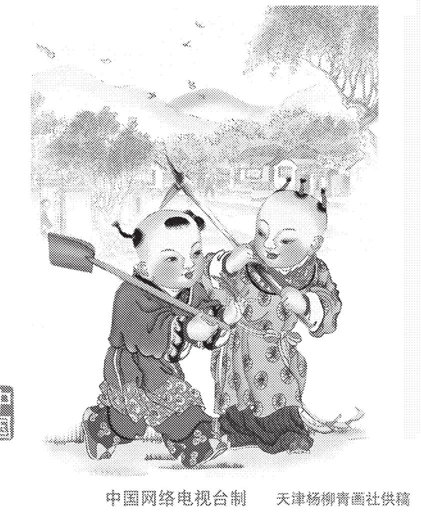
注销声明
上海御智餐饮管理有限公司，证件编号260000002011071300 70，企业标识2600000320110713000053，注册号310120001902 54，住所上海市奉贤区南桥镇南桥路683号第二幢，法定代表人黄萍，因终止经营特营业执照作废。

知名 合欢 口碑好 成功率高 轨道交通 中山公园旁
长宁路988号(花园大厦)4楼C座
父母为儿女相亲热线52738637
中老年寻缘热线52724090
白领成功人士热线13162760140
征婚 女59岁香港归未婚外滩景观房寻80下体健入住15000284758
征婚 富有孤身女医生71岁未婚寻愿家访速婚上门15800389384
征婚 原仪表局退女干部70岁丧肤白宽房会体贴照顾觅脾气好真诚男开支我来15800636050
征婚 女教师74岁丧未育党员宽房觅86岁下来我家15221399431
征婚 女59岁离未育园林设计师亲和年龄不限13501751869
征婚 女65岁丧偶乡村老师貌好宽房年龄不限13795314656
征婚 女70岁未婚皮肤科医生女人味宽房寻缘13501751869
征婚 美丽女牙医71岁丧党员多房无依靠觅速婚入住15000284758女付
征婚 女75岁丧偶无孩房管所退宽房寻品正男13795314656
闸北婚介 中老年介绍到称心 56703988
个人征婚 银行高级职员退女72岁丧家境优寻上门老伴13524134048
征婚 女70岁丧偶书店退宽房有积蓄寻有劳保男15001972529
征婚 大众汽车退女65岁丧独居女国外寻85岁下生活男15721469073

《新民晚报》分类广告投放热线 62897402 62474498转8028

讲文明树新风 公益广告
中国精神 中国形象 中国文化 中国表达

中华传统 兄恭弟谦



新民晚报 XINMIN EVENING NEWS
中国网络电视台制 天津杨柳青画社供稿