

# 牙周病掉光牙 四大人群是“高危”

## 上海港华医院口腔科忻勤芳主任谈正确认识牙周病 ◆ 叶雪菲

很多人认为，牙齿松动、脱落是老年人的“专利”，属于正常现象，也就是俗话说的“老掉牙”。上海港华医院口腔科忻勤芳主任指出，牙齿并非“老”掉的，而是被牙周病“吃”掉的。近年来，除了中老年人，越来越多的年轻人也进入了“无齿”的行列，由于对牙周病掉以轻心，对牙周病的危害程度认识不足，最终导致年纪轻轻就“老掉牙”！

### 哪些人是“高危人群”

忻主任介绍，通常有四类人是易患牙周病的“高危人群”。一是中老年人，原因是随着人体的老化，脑垂体某些生长激素分泌减少或停止，会造成牙龈的营养不良，发生牙龈萎缩生理退化现象。二是压力大、易焦虑的人

群。人们在受到较大压力的时候，会释放出一种皮质醇激素，增加牙龈和腭骨受到细菌毒素破坏的速度，引起牙周疾病，或加重病情。三是唾液偏碱性的人。这类人群因碱性唾液中含钙离子较多，很容易钙化形成牙结石。而牙结石就是造成牙周病的病因之一。四是个性急躁的人。性急的人刷牙时既快又太用力，长此以往容易造成牙肉受力部分发生萎缩病变，从而引发牙周病。

### 掉以轻心满口掉牙

忻主任提醒，生活中一旦出现4种“征兆”就应引起高度重视。首先是刷牙或咬硬物时牙龈出血。第二是有持续性的口臭。第三是牙齿有松动、位置改变或咀嚼无力。第四是感

觉牙缝越来越大。很多人对这些“征兆”掉以轻心，要么盲目轻信漱口水和药物牙膏。其实漱口水和牙膏无法在口腔内停留足够长的时间，根本不能接触深藏在牙龈下的菌斑。要么牙齿松动就一拔了之，盲目拔牙会让其他牙齿也开始松动，且松动的速度越来越快，伤害的不是一颗牙齿，而是满口牙齿。因此，一旦出现牙周病征兆就应及时就医，否则不仅会“满口掉牙”，还会让牙周病细菌进入血液，形成血栓，阻塞血管，导致心脏病和中风。

### 迷信牙膏、漱口水不靠谱

最后忻主任指出，在大卖场的洗漱用品货架上，各种牙膏、漱口水琳琅满目，产品包装盒上都标注着“防牙斑、防牙结石、防牙龈

### 【专家简介】

忻勤芳 中华口腔医学会会员、第四军医大学口腔修复系讲师，从事临床二十余年，擅长各类美容牙的临床修复、牙周病防治、种植牙和高难度局部及全口义齿的修复治疗。



炎、抗菌、止血清火、消炎、抗过敏、除口臭”等“功效”，还含有各种各样的药物成分。其实，所谓的药物牙膏，其所含的化学抑菌、杀菌剂或中草药数量很少，而且牙膏泡沫很快被吐出，有限的药物成分难以长期保留在口腔里，因此很难起到治疗作用。所以，要治疗牙周病，应该去医院找口腔科医生解决，而不能依赖药物牙膏和漱口水，即使需要使用药用漱口水也最好遵医嘱。

# 全市征集30名静脉曲张患者

## 新民健康特邀韩国著名血管外科专家11月12、13日与您面对面宣教 ◆ 吴瑞莲

【特邀专家介绍】  
金昌洙 教授  
韩国国立庆尚大学医院 胸部外科主治医生，韩国成均馆大学医科大学江北三星医院院教授，韩国胸部外科学会血管研究会常任理事，韩国静脉曲张学会常务理事、前会长。



新民健康特邀韩国著名血管外科专家金昌洙教授来沪作静脉曲张专题讲座。凡成功报名者还有机会获得免费交流名额，共30个。

报名热线：021-52920871  
报名短信：发送“静脉曲张+姓名+联系方式”到 17717640571  
时间：11月12、13日(本周六、周日)

近年来，下肢静脉曲张的发病率逐渐升高。“相比韩国，中国静脉曲张的患者就诊率低，但就诊患者的病情严重程度更高。”韩国著名血管外科专家金昌洙教授对此现状感到很遗憾。“由于人们对下肢静脉曲张的认知度、危险因素及其危害性了解不足，往往到了疾病后期出现并发症才就诊，导致病情贻误；还有很多中国患者选择接受一些没有科学依据或不专业的治疗，病情虽然在短期内得到抑制，但因为不是除根治疗，不久就再次复发，复发会使血管造成粘连，增加后续治疗的难度。”

很多人认为静脉曲张不严重、不致命，可以不用治疗。金昌洙对此指出，这是个误区。虽然静脉曲张本身不是一种致命疾病，

但静脉曲张发展到后期会有并发症，严重的会危及生命。下肢静脉曲张在早期确实不痛不痒，但是随着病程的进展，后期会出现小腿皮肤变黑，甚至溃烂，破裂出血。据了解，曾有夜间睡眠时出血过多导致死亡的病例发生，还有少数情况下会形成血栓并蔓延，则有可能导致肺栓塞，危及生命。

如何尽早发现静脉曲张？金昌洙教授介绍，下肢沉重、酸胀、麻木是静脉曲张早期最明显的症状。他表示，提倡早期治疗是为了避免并发症的发生，提高患者生活质量。后期症状尤其是皮肤变色，晚期治疗的话，皮肤很难恢复到自然的肤色。近年来，下肢静脉曲张的发病率逐年升高，但却因症状不够明显、对该病不够重视等

原因，患者的及时就诊率、规范就诊率不及半数。

金昌洙提醒，如果感到下肢沉重、容易疲劳、瘙痒、抽筋、浮肿、胀疼等症状，且下午比上午更明显，长时间站立后和夜间更严重，即便没有明显突起的血管，出现上述症状都应该去医院接受早期检查。

如何界定自己是否患上静脉曲张？金昌洙教授解释说，大隐静脉和小隐静脉血液倒流时间超过0.5秒，就可确诊为静脉曲张。此外，如果肉眼可以看到3毫米以上的血管凸出时，也可基本判断为静脉曲张。静脉曲张不是由血管堵塞引起的，而是由血管扩张引起的，现阶段也是治疗的好时期。

# 口腔溃疡口臭 应及时治疗

口腔溃疡俗称“口舌生疮”，中医认为：反复发作的口舌生疮，有时是山烟酒辛辣，过食肥腻等饮食不节引起胃火炽盛，或是思虑过度、熬夜等情志不舒引起肝气郁化火，有时会造成胃热津亏，阴虚郁热，虚火上炎了口腔而发口燥咽干、目眩腰酸、牙痛、牙龈肿痛、口臭等；热邪郁结于胃则易出现胃脘胀心、脘腹便秘、消化不良、口臭。

# 长期腹泻 (慢性肠炎、功能性腹泻) 有危害

安场牌解毒苦参碱胶囊—安肠止泻的良药  
您生活中出现了：饮食刺激、精神紧张或腹痛、反复腹泻，有时还伴有粘液、脓血等症，请别忽视，您可能患上了慢性腹泻。它包括：炎症性肠病（小肠炎、结肠炎、直肠结肠炎）、功能性腹泻、肠易激综合征引起的腹泻，发病主要与免疫功能失调、肠道炎症、肠运动功能紊乱、功能性障碍（如胃弱、肠道等消化道不、儿童（老年人）功能性腹泻不良）有关，治疗应以提高免疫功能、保护肠黏膜、减轻刺激、长期腹泻及早治疗。

# 伊甲牌复方聚维酮碘搽剂治疗灰甲有信心

灰指甲(趾)甲是易发慢性病，在潮湿的环境和季节，不注意个人卫生或人为的使指甲表面组织不断受异物侵蚀破坏。指甲会愈加脆弱，容易感染或复发。灰指甲变形、发黑让人难堪，需要及时治疗，避免传染，引发甲沟炎。其它部位真菌感染等。灰指甲顽固难治，患者连药。要认准国家批准正规产品。

# 本市专家联袂义诊关爱肩痛人群

肩部半夜痛醒，借助外力才能抬起手臂或放下……是否严重影响您和家人的日常生活？11月12日8:30-11:30，上海长海医院、上海市光华中西医结合医院将携手强生医疗联合召开“肩并肩，爱相随”肩痛人群关爱行动，详细讲解肩痛症状，澄清肩痛误区，普及肩膀运动方法，以及正确的肩痛治疗方法，全面提高人群的生活质量。

活动地点一  
地点：长海路168号，长海医院门急诊联合部6楼会议室  
专家介绍  
汪滋民 上海长海医院副主任医师、副教授，研究生导师。中华医学会关节镜学组、运动医学学组副组长。上海医师协会运动医学学组副组长，从事运动医学临床工作10余年，在美国哥伦比亚大学运动医学科进修肩关节外科1年，擅长关节镜和人工关节置换治疗各类关节伤病。

## 可以计算步数，记录卡路里，计算公里数，可以看时间

# 新款多功能计步手表上市

## 65周岁以上老人特价10元一个

夫妻双方上门购买，可凭旧挂历换取2017年新挂历一本！

必须先电话预约，数量有限，每人限购一个，卖完为止。

1、待机时间长，持久使用  
2、不用充电，便捷方便  
3、不用连接APP，操作简单  
4、精确计算步数，合理运动  
5、计卡路里，时刻了解情况  
6、可以看时间，合理安排作息

总部热线：021-65011665  
杨浦热线：021-61524620

黄浦热线：021-61524619 普陀热线：021-61524615  
徐汇热线：15300727283 长宁热线：021-61524617  
浦东热线：15300660556 宝山热线：15300689253  
静安热线：15300727586 虹口热线：13321935367

地址：杨浦区黄兴路1800号东方蓝海国际广场3号楼14楼(15A)01-04室(靠近国顺东路，大润发旁红色大楼)

生产单位：强生医疗电子有限公司  
销售单位：上海强生实业有限公司

养阴口香合剂  
安场牌解毒苦参碱胶囊  
伊甲牌复方聚维酮碘搽剂