

特邀原九院种植牙专家，聊聊缺牙焦点问题

新民健康本周送出 50 个爱牙大礼包，拨打爱牙热线抢号报名

俗话说“家有一老，如有一宝”，家里老人身体出了什么问题，及时解决才是关键。牙齿一不好，尤其是掉了多颗牙，不仅会直接导致咀嚼能力减退，营养摄取不足，还有可能导致面容加速衰老、心血管疾病加重等。

为此，新民健康特邀上海口腔医学会口腔种植专业委员会委员、原九院种植牙专家王申重点解析缺牙焦点问题，帮助患者建立处理缺牙的信心，并在解决“缺牙吃饭难”的道路上少走弯路。

叶雪菲

Q: 如果牙齿缺失了，但不影响正常生活，为了省下这笔钱不去处理或者实在没时间去折腾牙齿，会有什么后果？

■王申：许多患者在缺失牙齿之后不重视，觉得不影响正常吃饭就不去处理。其实这是不对的，因为当人的牙齿缺失后会导致其它牙齿移位，改变口腔原有的良好状况，影响牙周健康。咬合能力极大下降，关节也会受到影响，导致其他的健康牙加速松动脱落，最终造成“缺一颗牙掉三颗”的多米诺骨牌效应。

Q: 缺牙处理方式那么多，没有经验的患者要怎么选择才有效且实惠？

■王申：目前缺牙处理的方式大致分为三种。对于缺牙者，可能这些方式都适合，也有可能只适合某一种或两种方式。作为专业医生，在完善详细检查后，会根据缺牙数、缺牙部位、患者要求等，在迅速达成有效恢复咀嚼功能，重建口腔外观前提

下，最终制定出最适合患者的缺牙处理方案。选择专业医院和有经验的医生，无疑会帮助患者更好地寻找到适合的方式。

Q: 听说新方法能迅速恢复咀嚼功能，那它有什么缺点吗？

■王申：对于长期受困于固位差、咀嚼力低下的中老年人来说，新引入的缺牙处理方式可以使单颗缺牙、多颗缺牙、半口无牙、甚至全口无牙的患者摆脱缺牙的痛苦。

新方法由于拥有稳固性、舒适性和快捷性等诸多优点，目前被口腔医学界及广大缺牙患者讨论与关注。它解决了清洁繁琐、牙槽骨流失、好牙被磨损等诸多问题，更能保护邻牙和牙槽骨，让中老年人吃得更舒心与安全。事物都有两面性，缺点的话就是经济上一次性投入比较大，但新方法使用寿命长，咀嚼效率高，长期来说，就像我们买商品一样，“性价比”还是非常高的。

特邀专家简介



王申

上海交通大学医学院口腔医学硕士，2003至2013年在上海交大附属第九人民医院口腔种植科任职，专业从事种植及修复工作10余年。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，瑞士straumann种植培训讲师，多次赴瑞士、意大利、美国等国家进修。擅长微创种植、即刻种植、All-on-4种植技术。

秋季养生从一口好牙开始！ 大型爱牙活动本周送 50 个免费爱牙礼包名额

新民健康长期举办大型爱牙活动，活动特邀原九院种植牙专家王申等知名专家，共同组成专家团队，为居民开展口腔对面答疑活动。活动开展以来，已帮助数千缺牙读者。为保证专家面对面活动品质，本周特定两天专门接待新民健康报名读者。

如果您有牙齿松动、牙齿缺失、假牙佩戴不适、烤瓷牙失败等情况，请尽快报名参加，爱牙礼包免费名额有限，先到先得！

■活动时间：9月13日、16日

■活动内容：

- 1、权威原九院种植专家面对面宣教答疑
- 2、免费领取口腔护理套装(牙刷等)
- 3、扫二维码报名获赠精美牙线

■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



扫二维码报名
获取更多惠民信息

白露过后昼夜温差明显 “多事之秋”谨防心病“偷袭”

吴瑞莲

上周迎来了农历二十四节气中的“白露”，民间有句谚语“白露秋分夜，一夜凉一夜”，这正是全年昼夜温差最大的一个节气，很容易旧疾复发。上海远大心胸医院内科主任医师宋贺提醒，每年秋季是冠心病等心血管疾病高发季节，大多数患者有冠心病史，而劳累、情绪激动、饱食、受寒及便秘都是常见诱因。专家建议，此时人们要随时关注气温变化，适度增减衣物。一旦发病最好及时就医，抓住黄金抢救时间。

“白露”过后着凉感冒高发 易诱发心脏病

“白露”过后，心血管病患者明显增加。宋主任说，这是因为秋季天气转凉，昼夜温差较大，冷暖变化极不规则，从而导致皮肤和皮下组织血管收缩，周围血管阻力增大，血压升高，促进了血栓的形成。寒冷还会引起冠状动脉痉挛，影响心脏血液的供应，诱发心绞痛或心肌梗塞。此时往往发病突然，难以预测，死亡率和病残率都很高。因此，对于老年朋友们来说秋季预防心血管疾病的发生尤为重要。

宋贺主任说，秋季是由热转凉的过渡季节，寒热往来反复无常，使人防不胜防，受寒感冒对于年轻人大多不可药而愈，但极有可能诱发慢性冠心病患者病情复发恶化，出现心力衰竭、肺心病等。

宋主任指出，呼吸道感染往往是心血管病发生的重要诱发因素，因此老年人不可盲目“秋冻”，要注意增减衣物，预防受凉感冒。老年人应当适当锻炼

身体，使机体逐渐适应天气冷热变化。时下，季节交替，人体内环境也经历调整和适应的过程，人体的血压此时也会出现波动。宋主任建议，对于慢性高血压患者而言，应避免情绪激动或过度劳累，并在医生指导下，根据血压情况适当调整药物，避免血压波动过大而导致发生心血管意外。另外，平时要多喝水，每天保持大便通畅。

预防心血管疾病需勤测血压 出现不适及时就医

“很多人夏天的时候血压很好，甚至都不用吃药，但是到了秋天血压波动较大，容易发生意外。”宋贺主任介绍，忽凉忽热使人体血管时常处于从扩张到相对收缩，又从收缩到扩张的状态，对患有心血管疾病的人来说是一种威胁。而且，在天气凉爽时，一些心血管病患者会放松警惕，日常起居和服药失去规律，遇燥热天气再度来临，容易导致疾病急性发作。

宋主任认为，秋季要坚持监测血

压。通常而言，一天中有5个关键的时间点监测血压变化。第一个时间点是清晨刚刚醒来，但未起床前，这个时间点的血压波动较大；第二个时间点是上午10点左右，这个时间点可以反映服药后的血压变化；第三个时间点是下午2点至3点左右，这个时间点可以反映血压的反跳；第四个时间点是晚饭后，具体时间是下午6点左右，这个时间点可以反映服用降压药后血压的控制情况；第五个时间点是睡觉前，具体时间是晚上10点至11点左右，这个时间点可以大致反映血压在夜间的变化。

其次，每天测血压的次数可以因人而异，一般来说，每天按照上面的时间点测量2次左右就可以了，在服用降压药的初期，可以增加测量的次数，等到血压控制正常了，可以减少血压测量的次数。

部分心梗症状不典型 反复莫名疼痛必须警惕

部分患者，尤其是老年人，心肌梗塞的症状并不典型。宋贺主任表示，有些患者首先出现的是急性腹痛，常被误诊为胃肠炎、胆囊炎、胃肠穿孔等，而做心电图检查可发现是大面积心肌梗死。因此，冠心病病人突发急性上腹痛，尤其症状不典型者，应想到心肌梗死的可能。一般来说，腹痛型心肌梗死发生时，表现为突然的上腹部疼痛、呕吐、腹泻，

而以往无类似病史，服用治疗胃病的药物无任何疗效。

另外，牙痛也有可能是心梗的征兆，可表现为牙痛剧烈，但无明显牙病，同时伴有大汗淋漓、面色苍白、极度虚弱、有濒临死亡的感觉；牙痛部位不确切，往往数个牙齿都感到疼痛，服用一般止痛药，疼痛不能缓解，心电图检查有心肌缺血改变，或显示梗塞波形，按心绞痛或心梗治疗后牙痛消失。

宋主任特别指出，心梗所表现的“痛”和一般疾病的痛有所区别。首先，真正心梗的先兆是一过性的。比如如果是心梗导致的牙疼，通常3分钟左右就会过去，如果是牙周炎则不会这么短时间就好。心梗前的疼痛是有原因诱发的。比如一骑车牙就疼，停下后就不疼了，可是再骑的时候又开始疼。

其次，心梗之前还往往有这样的先兆。以前从未发生过，在活动突然胸疼，或晚上睡觉过程中甚至会突然疼醒了，或者迎风骑车时感觉不舒服，停下休息2~3分钟又好了，以上这些情况还很可能在1周以内反复出现。

宋主任提醒，平常自我感觉良好而突发心肌梗死的病人不在少数。在日常生活当中，市民不能忽视心脏的体检，尤其有胸闷、心脏压迫感、活动时加重、休息时缓解的情况必须重视，到医院做平板运动、心脏造影等相关检查。心脏疾病越早治疗效果越

好，发病后1小时内诊治，可挽救大部分坏死的心肌；6小时内，有可能挽救部分心肌；12小时后，效果就明显差了。目前对急性心梗的治疗观点是建议病人到有条件的医院，尽早进行溶栓、介入、手术治疗。

专家简介 宋贺



上海远大心胸医院主任医师，副教授，硕士生导师，毕业于东南大学医学院医学系。中华医学会心血管分会委员，中国医师协会委员。主持科研项目两项，科研成果两项，曾在郑州大学附属医院工作二十余年，学科带头人，对心血管疾病有较深研究，尤其是冠心病介入治疗、高血压、心律失常、心肌病、心内科急危重病人的抢救及疑难杂症等。

本版活动为公益活动，不参加者推荐医疗服务或者其他商品，相关信息仅供参考。