

# 牙缺失、牙色素沉淀、牙列不齐， 口腔科专家免费咨询为你支招

◆ 解雯雯

作为消化系统的门户，口腔承担着重要任务。营养丰富的食品，需经过牙齿的咀嚼才能容易吸收。一旦牙列缺损、缺失，则会产生诸多不利健康的问题。对此，新民晚报健康工作室特别推出了口腔科专家免费咨询活动，需要参加的读者即日起可拨打热线进行报名预约，届时口腔科专家夏薇、程先香、丁佳、张西文将为您解答疑惑。(活动参与方式见下方)

## 老年人牙缺失可能影响脸形和发音

步入老年后，口腔情况和其他器官一样，结构和功能趋向衰老，容易影响消化功能。食物在口腔内咀嚼，促进消化液的分泌，而牙列缺失后，不能充分咀嚼，囫圇吞食，胃液分泌减少，胃肠蠕动减慢，从而加重胃肠道的负担，导致疾病，影响食物的摄入与营养的吸收。

另外，牙齿缺失还会影响脸形与发音。牙弓的存在维持着面部尤其是下1/3的表现，尖牙支撑角，保证面部的丰满，一旦缺损，唇颊部会失去支持而瘪平、塌陷，鼻唇沟加深，面下1/3距离缩短、皱纹增多，更显苍老，而发音是气流在舌、齿等的配合下产生的，所以一旦牙列缺失，则不能清楚表达。因为面容的苍老、发音的含糊，还会使老年人的心理产生很大的挫折感，再

加上消化不良的不适，这些改变将直接影响老年人的身心健康、加速老化。

专家介绍，老年人可通过安装局部义齿即假牙来解决局部牙缺失问题。义齿通常分为固定义齿、半固定义齿和活动义齿。活动义齿有部分和全口两种，部分活动义齿是单个或多个牙齿缺失后的一种活动的修复体，全口义齿是全部牙齿缺失后的一种修复体。另外，目前种植牙已被口腔医学界公认为缺牙的首选修复方式。种植牙是通过医学方式，将与人体骨质兼容性高的纯钛金属经过精密的设计，制造成类似牙根的圆柱体或其他形状，以外科小手术的方式植入缺牙区的牙槽骨内，经过1-3个月后，当人工牙根与牙槽骨密合后，再在人工牙根上制作牙冠。

## 青少年、中青年也普遍存在口腔问题

现在的中青年普遍存在着牙齿发黄、牙色素沉淀等问题。对于这个问题，专家表示，一般来说，大体上可分为内源性和外源性两种。外源性主要由茶垢、烟渍、红酒以及饮用水中的矿物质引起。内源性着色是在牙齿发育过程中形成的，如四环素牙、氟斑牙等。牙齿美白必须针对着色原因治疗，才能收到理想效果。目前 Beyond 冷光美白是一项正

流行于欧美的牙齿美白技术，它可去除牙齿表面的色素沉积，同时可进入牙齿深层达到脱色的效果。未知诱因引发的齿面黑黄色变、一般外源性色素牙(咖啡、茶渍、烟渍沉积)、中轻度四环素牙、氟斑牙、药物性变色牙、遗传性黄牙、先天性色泽不均等均可进行冷光。另外超声洁牙又称洗牙也可通过超声波的高频振荡作用去除牙石和菌斑，在正确的操作下，对牙面的损害极小。

据统计，青少年牙列不齐发病率很高，在49%以上，它不仅影响牙齿健康与功能，影响牙齿排列的美观，而且还影响容貌美观，容貌美的破坏不仅影响青少年的学习、生活，甚至影响择业，有碍身心健康。专家指出，儿童正畸矫正倡导肌功能矫治。肌功能矫治主要是针对儿童不良口腔肌功能习惯进行矫治，从易出现牙齿畸形问题的生长期进行根本矫治，一旦不良习惯被纠正，则自然生长和牙齿排齐就会随之发生。

## 活动信息

活动时间:6月16日—6月26日  
活动人数:每位专家限定30位名额  
活动热线:021-6211 9666  
报名截止时间:6月25日17:00  
温馨提示:本次活动须电话预约,凭预约号到活动地点咨询。

## 医生简介



**夏薇** 口腔种植修复专家。从事口腔临床工作二十余年，原工作于三级甲等医院数年，参与过第一次全国口腔流行病学调查。曾进修于第四军医大学正畸科，在微创种植，全瓷美学修复、儿童肌功能矫正领域有着极其丰富的临床经验，擅长牙齿正畸术、3D种植牙、全瓷美容修复、老年人工齿修复等口腔学科前沿技术。

**程先香** 美学修复专家。从事口腔临床工作多年，跟随国内著名牙科专家在南昌大学口腔医学院深造，经多年的临床经验熟练掌握了牙病各项治疗技术，擅长牙体牙髓病的诊断与治疗，固定义齿和活动义齿修复，儿童牙科疾病的诊断与治疗。

**丁佳** 从事口腔科临床工作多年，在口腔内科和口腔美容修复治疗领域有丰富的临床经验。

擅长人工种植牙技术及种植牙美容性修复技术；复杂牙齿的拔除及颌面、齿槽外科整复技术；牙体牙髓的治疗，尤其是牙齿缺损的美容、功能性保存修复技术；牙周病的根治和松动牙的固定保存技术。

**张西文** 种植技术总监。在重点省级三甲医院从事口腔临床与教学工作三十余年，具有丰富的口腔科诊疗经验。先后通过美国罗切斯特大学伊斯曼牙科中心口腔正畸与颞颌关节科临床合作研究与高级培训，美国纽约哥伦比亚大学牙医学院牙周系口腔种植学博士后高级临床训练与研究。熟悉海内外尖端牙科诊断技术和治疗手段。对于口腔种植修复，复杂活动义齿修复和全口义齿修复，口腔正畸等方面有着非常丰富的临床诊疗经验。

## 本周三有冠心病健康讲座

以冠心病为代表的慢性病是影响人们健康和生活质量的重大疾病，也是一种可以通过健康教育和管理，有效预防和控制的疾病。对此，上海交通大学附属第九人民医院心内科在本周三(6月18日)将举办“冠心病健康公益讲座”，届时心内科主任王长谦教授将全面介绍冠心病发病机制、危险因素、治疗和康复的相关知识。专家指出，冠心病属于血栓性

疾病的一种，具有全身性、进展性、高复发的特点。其中，造成复发率居高不下的主要原因在于患者对复发带来的后果认知不足，出院后没有做好长期随访和管理工作。解雯雯

## 活动信息

时间:6月18日下午3:30-4:35  
地点:上海市第九人民医院10号楼8楼多功能厅

## 即日起有夏令膏方专家免费咨询活动

即日起至7月13日(逢周末免挂号费)，雷允上药城推出“夏养三伏，膏方调补月”活动，邀请中医专家为百姓坐诊把脉，倡导大健康、治未病的理念。此次雷允上联手同为中华老字号的寿仙谷药业，旨在支持本市中医药事业发展三

年行动计划，为百姓的大健康做好服务。张筱琳

## 活动信息

时间:即日起至7月13日(逢周末免挂号费)  
地点:华山路2号雷允上药城3楼

## 膏方四季皆宜,夏令时节重在“轻宣温润”

冬令进补的概念已深入人心，而冬病夏治、夏令膏方的理念，很多人还一知半解。上海中医药大学附属龙华医院内科主任周时高教授介绍，中医养生讲究天人相应、顺应四时，中药进补其实一年四季皆宜，每个季节都应调节好营养物质的吸收、消耗与贮存关系，不应拘泥于一时一季进补。冬病夏治，即冬天的疾病在三伏天治疗，而膏方调理是一种手段，仅是治疗时间上的不同。

针对夏季，膏方药性讲究轻宣温润，通过调理起到防病治病、体质调理、康复养生的作用。“轻宣”指的是药性要偏轻，因“春夏养阳，秋冬养阴”，药物不能压抑阳气的生发；“温润”的侧重点则在“润”上，药性需益气生津，具有

代表性的有铁皮枫斗和西洋参；“温”即温通，这要辩证地看待，如患者体内湿气较重，则需采纳相对干温的药，如灵芝孢子粉等，祛湿通阳，阳气才能宣发出来，但如果患者湿气不是很重，那么可以不考虑干温，选择“润”的药即可。

夏季“阴气内伏，暑毒外蒸”，易引发“阳泄于外，湿蕴于内”的疾病，疝夏就是其中最常见的一种。疝夏是一种特定的病种，多因长期体虚者感受暑热之气所致，夏季地湿上蒸，人体脾胃、心肺一时无法适应、调整，患者症状多为乏力倦怠、眩晕心烦、多汗纳呆，或有低热等临床症状。中医一般采用醒脾的方法，以暑湿较重者，多以芳香醒脾为重点，如以脾胃气虚为主，多以益气健脾为主要

手段。此外，关于体质调理，根据不同人群的体质，比如气虚体质的人群易感疲乏、气短心慌、头晕或站起来时晕眩，当长期出现这些明显症状时，夏令膏方能起到减轻或改善因体质问题而引起的不适。

与冬令膏方不同，正常健康人群可以选择冬令进补，而夏令膏方讲究以调理治病为主，患者经一至一个半月的调理后，大部分可以明显改善症状。因此，周时高主任强调，防病治病、体质调理、康复养生是夏令膏方的主要特点。值得注意的是，夏季更易受凉，膏方不能从冰箱拿出来直接服用，与冬季一样，需要放在器皿中用热水浸热后再服用，从而更好地发挥药效。张筱琳



上海市离退休人员每户可免费领取一本《中华养生宝典》，教您五脏平衡保健康。

## —— 免费索取方式 ——

闸北区：长安路1138号中房华东大厦25楼F室；市内可乘地铁1、3、4号线至火车站2号口出站；预约电话：021-60492402 60492403。

## 上海地区离退休人员——无条件免费赠书!

如果您已经离休或者退休，现在拨打电话就可以免费得到这一本中医养生指导专著。它将为您讲述如何用“天人合一”的中医养生方式保持身体健康!

为什么人们会被这本书深深打动，且得到它的愿望如此强烈?

答案很简单，因为它向我们揭示了朴素的中医理念和简单易行的中医养生防病祛病的方法，即使疾病缠身的人们可以从平时的一粥一饭、一言一行中获取健康。

只要方法正确，疾病不再麻烦，健康不是梦想!  
绝对免费——不需付钱——无需承担任何责任和义务!

让您得到朴素、纯正、有效的中医养生法则!

为了普及中医知识，弘扬中医文化，此书现在向全国离退休人员免费赠送!不需要花钱购买，不需要任何代价——打电话就可领取，上海地区仅限1000人，快快行动!

## ■ 温馨提示

- 1、这是一次全国性社会免费活动，活动日期6月17日-6月18日，先到先得；
- 2、领取人员必须本人前往，并携带本人身份证复印件及离退休相关证明；
- 3、如果您没有离退休证明，还想得到此书，也可以在书店或网上购买；
- 4、领取前必须电话预约。
- 5、所有领书人员均有机会代表上海地区参加预防肿瘤“三早行动”——早筛查、早发现、早预防。

主办单位：衡愈堂生物科技有限公司  
(工作时间9:00-18:00)。  
中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第156642号  
黑龙江科学技术出版社  
书号: ISBN 978-7-5388-6766-4