

好口腔 吃出幸福感

牙齿缺失：别被“老掉牙”抹杀全身健康

◆ 张筱琳

缺牙不补 危害大

随着人口老龄化，牙齿缺失病人的比例明显增加。一些老年人受旧观念影响，认为人老了就应该掉牙，口腔保健意识薄弱，造成许多牙提前“下岗”。还有少数老年人想等全口牙都掉光再镶，这些想法都是不对的。

一口坚固的好牙，对老年人的健康长寿极为重要，咀嚼充分有利于营养吸收，同时咀嚼运动对大脑神经起到良好的按摩保健作用。

牙齿缺失不仅会对饮食、容颜、心理等造成严重伤害，更会影响心脏、胃、肾等重要脏器功能。牙缺失后行使咀嚼功能的牙数减少，咀嚼功能明显下降，消化系统负担随之加重，只能吃一些松软、稀烂的食物，其中所含健康有益的营养成分流失，营养吸收不良、抵抗力下降、多种老年病相继到来。另外如不及时填补上，存留牙齿之间的缝隙会加大，嵌塞食物，时间长了就会出现牙周病或龋病。缺失牙后长期不修复，还会引发咬合错乱，严重者也可能会发生颞颌关节功能紊乱综合征。

安全隐患多
老人不宜跟风装义齿

调查表明，很多患者不懂得科学镶牙，结果不仅没有起到恢复咀嚼、美观的作用，反而招致了很多健康隐患。牙齿缺失的修复方法有很多，牙齿缺失患者要根据自身的口腔



世界卫生组织(WHO)对牙齿健康的标准是：**8020**，即**80岁**的老年人至少应该有**20颗功能牙**(即能够正常咀嚼食物，不松动的牙)，掉牙后不补、不种会加速其它牙齿松动脱落，也会对身体健康造成严重影响。

条件、身体状况来选择合适的修复方式。活动义齿是利用剩余天然牙或黏膜作为支持，通过卡环固定在剩余天然牙上(全口义齿除外)，利用基托的位置行使咀嚼功能。烤瓷牙是磨除相邻牙部分牙齿组织，来恢复牙齿缺失达到功能和美观要求的修复牙冠。

这种传统镶牙方式尽管便捷便宜，但往往异物感强，吃饭味同嚼蜡，没有味道，容易在吃饭中间脱落，严重的甚至会引起口腔炎症，还可能对其他健康牙容易造成一定伤害。

科学方法来装牙
真牙即刻用起来

一旦出现牙齿缺失状况，应当到专业医院进行检查后，根据患者

的口腔情况、身体情况来选择合适的修复方式。很多患者会采用义齿、烤瓷牙的方式修复牙齿缺失。其实这些只不过是牙齿缺失修复过程中的辅助手段，并不能对牙齿缺失起到根本性的治疗，完美恢复口腔咀嚼功能和美观功能。

要想彻底恢复牙齿正常咀嚼功能，必须接受科学的牙齿缺失修复方式：专业严谨的拍片检查口腔状况、专业的医生团队制定个性化牙齿缺失修复方案、专业优质的术后护理服

务保障。很多老年人意识到了缺牙的危害，在口腔状况严重之前科学修复缺失牙，最快可以实现当天修复当天使用。

别让缺失牙影响了年夜饭

转眼新年将至，将迎来元旦、春节两大节日。团圆聚餐是中国人一贯的过节传统方式，然而对于牙缺失的老人，过节却是一件尴尬的事情。儿女尽孝送来的厚礼无福消受，年夜饭美食满桌却吃不了，团圆饭吃得也不圆满。此时才知，有一口好牙才是最大的“口福”！给老人送什么都不如送健康！有了好牙齿才有好口福！

在日常生活中，除了注意合理饮食、正确刷牙等口腔卫生习惯，更应该定期为牙齿进行“健康检查”，每半年去医院洗一次牙，预防口腔疾病，及时重视牙齿缺失，尽可能减少身体损伤和经济损失。

上海拜尔口腔门诊部

联系电话：400-630-1960

美国癌症研究所公布靶向治肿瘤新成果

阻断血管，找到肿瘤“十环靶心”

肿瘤晚期还有生路吗？医学明确肿瘤有上千个靶点，如何一一攻克？传统方法易脱靶，群靶点更多打中“外围靶”，而打干靶不如命中“十环靶”(靶心)。

如何成功阻断肿瘤新生血管“十环靶”(靶心)？VEGF生成肿瘤血管内皮细胞，MMP是血管生成信号，而bFGF帮助血管形成管道、促内皮细胞移动。仅这3个关键靶点，手术、放化疗无法精准解决，打中的不过是外靶心外围的“一环”“五环”。靶点清晰、特异性强且安全的天然中医药成分，包括人参皂甙Rg3、虫草素、刺五加皂甙等，都已收录在《国际抗肿瘤药物指南》里。

“虫草素具有抑制癌转移的作用，口服给药可抑制肿瘤增殖，虫草素的细胞内靶分子可能是腺A3受体；”人参皂甙Rg3通过下调荷

瘤小鼠体内VEGF,降低微血管的通透性和抑制腹膜微血管形成，从而抑制恶性腹腔积液的形成”；“刺五加皂苷(ASs)抑制Hep G2细胞株的VEGF mRNA表达量，抑制VEGF介导的肿瘤血管新生途径，进而抑制肿瘤的生长与转移。”(摘自《日本药理学杂志》、《中国医师杂志》、《中华中医药学刊》)

相关应用瞄准“十环靶”阻断肿瘤血管有据可查。个体化应用交流已陆续展开。

靶向治肿瘤新成果研讨

上海爱帮爱健康咨询有限公司特邀肿瘤专家进行“靶向肿瘤治疗前沿新成果”科普讲座，并针对有关案例互动讲解。其间无条件免费赠送汤钊猷院士《诱人的治癌之道》一书，每日限前10位根据病情深度交流，请提前预约021-64326525。

领油啦！免费发放亚麻籽油

千真万确！不收任何费用！本次活动由上海益德寿健康管理有限公司组织发起，计划在两年内向全国中老年人家庭免费发放500ml亚麻籽油5000万瓶。用以普及人们对亚麻籽油的认可，养成健康拥有习惯，享受健康高品质的生活！

健康是人生最大的财富！现在中国高血压和高血脂异常的人数达到1.6亿，糖尿病患者2000万，肥胖和超重人数达到2.6亿。趋向低龄化发展，罪魁祸首就是摄入过多的脂肪，而脂肪的主要来源就是食用油，有些食用油的脂肪含量过高，对人体有用的α-亚麻酸等营养成分严重不足，α-亚麻酸是构成细胞膜和生物膜的脂质，对人体健康有重要作用。α-亚麻酸是人体健康必须又需补充的一种营养素。而亚麻籽油即富含此种物质极高的食用油。(相关资料源自百度)

“食用油中普及亚麻籽油”已经在全国范围内展开！

领取条件：

(1) 凡年满55岁以上本市常住户口者，请携带本人有效身份证或老年证或退休证申请领取。

(2) 申请人需要电话报名预约领取时间，过时无效，不得冒领，每人限领一份。

(3) 报名电话：**400-853-7797**

(4) 报名时间：上午8:00--1:00 下午2:00--4:30

(5) 公司地址：上海市浦东新区浦东南路1478弄5号

难得良机 请勿错过

梦圆东方 我们的梦

跨年盛典

东方卫视 DRAGON TV

今晚 19:35

杨颖 李敏镐 黄晓明 鹿晗

中国梦之声 Voice of China 中国好声音 共襄盛举