

牙缺失隐患 始于35-55岁中青年期

新民健康爱牙大礼包免费送 圆您种牙梦

◆ 张筱琳



为回馈广大读者，新民健康联合沪上知名口腔机构推出爱牙活动，为您解决各类缺牙的烦恼！还有每天30份品牌爱牙大礼包等你免费拿！

报名方式：
1. 拨打新民健康热线：021-33318171
2. 编辑短信“牙齿+姓名+联系方式”发送至 13331917156

人到中年，上有老下有小，总被时间赶着走，工作压力，生活负担，和精神包袱三座大山，扛得住已是幸运。每天超负荷的运转，让中年人的脚步一天天沉重，牙齿健康也发出不同程度的警报，牙龈出血，牙周疾病，过早的出现牙齿松动、牙齿缺失。我国65岁以上人群平均失牙高达10多颗，这种“一望无牙”的隐患则始于35-55岁中青年。

胃口差、脸变形 都是缺牙惹的祸

牙齿缺失是最常见的口腔问题，但临床求诊率偏低，大部分牙缺失患者并没有意识到牙齿缺失的危害，种植专家李娜介绍，牙齿每天扮演极为重要的角色，咀嚼、发音、支撑面颊……只要缺失一颗牙，都有可能引起一系列严重的健康连锁反应。

牙齿缺失，使邻牙倾斜、松动、脱落，导致食物嵌塞，造成龋齿和口臭。如果缺失的是门牙，更直接影响个人形象，说话漏风，增加自卑感。缺牙数量过多，导致面部内陷，口角下垂，整个人看起来要比同龄人苍老很多；长期使用单侧咀嚼，形成面部不对称，很容易影响

正常的社交活动。有临床研究表明，牙齿早失患者患老年痴呆的几率比一般人高出3倍以上，国外专家推测，牙齿缺失是记忆衰退的重要原因。李娜医生提醒，牙齿缺失后，越早治疗越好，2-3个月是修复的最佳时机。

不仅老年人需要种植牙 中青年修复效果更好

修复牙缺失的方法包括活动假牙、烤瓷牙和种植牙三种，牙缺失患者要根据自身的口腔条件、身体状况、修复需求来选择合适的修复方式。种植牙符合人体工程原理，依靠独立牙根扎根于牙槽骨中，镶牙不损伤邻牙，解决了咀嚼力弱、稳定性差、不美观、磨损邻牙的弊端，不会因金属离子渗出导致牙龈黑线、红肿问题，完美恢复口腔正常咀嚼功能，微创、安全、无痛，成为越来越多缺牙患者的优选修复方式，它也被誉为“人类的第三副牙齿”。

“提起种植牙，很多人可能觉得只有老年人才需要做种植。其实，中青年同样适合做种植牙”。种植专家李娜表示。中青年作为社会的支柱力量，面临来自家庭、工作等诸多方面

的压力，更需要一口健康耐用的牙齿，补充各种营养，为健康奠定黄金基础。另外，趁着年轻把缺失牙种上，预防面部因缺牙加速衰老，还能防止其他牙齿过早松动脱落，而且中青年人全身状态良好，种植成功率非常高。

种好每一颗牙 得一生幸福

“种植牙虽好，但要种好每一颗牙，诊疗环境、操作医生和医患沟通等因素尤为重要。”种植牙作为一门专业要求非常高的口腔学科，一方面种植牙对医疗机构无菌要求和医疗设备要求要远远高于普通口腔门诊，强化术前细致检查和术中严密监控，严格执行口腔医疗一级无菌标准。

另一方面严格的术前检查、科学的植牙方案的制定、精准的手术操作均需要经验丰富并获得国际资质认证的种植牙专科医生进行操作，对医生的经验与资质要求甚严；还有医患之间良好的沟通也是确保种植牙成功修复的关键。为确保医患沟通无障碍，保障缺牙患者得到最佳解决方案，从检查、方案制定到手术操作，均由同一位种植专家负责，真正确保植牙安全、高效。

【专家简介】



李娜

从事口腔临床工作16年，美国加州大学UCLA洛杉矶分校GIDE种植硕士，交通大学学士/同济大学修复硕士，ICOI国际种植牙医师协会会员，中华口腔医学会会员。专程前往中国台湾知名口腔专家林保莹牙周高级培训班、西诺德cad/cam高级班进修种植与牙周治疗技术。2011年在国内核心期刊发表论文《可注射型胶体排龈膏的研制与应用》。



扫一扫，免费咨询专家

眼中“飞蚊”骤增 小心玻璃体出血

◆ 吴瑞莲

眼科医师董珺指出，人出生后眼睛的玻璃体是完全的粘稠胶冻状物质，随着年龄增长，胶原纤维支架及其中的填充物逐渐解聚，液化。到老年，所有人的玻璃体都会解聚、液化，只是程度不同。然而，一旦玻璃体因为疾病或者老化变浑浊、出血，就无法看清眼前的世界了。董珺提醒，当眼前出现异常闪光，短时间内飞蚊数不断增加，视线有被遮挡的感觉时，应尽早就医。

玻璃体出血多缘于“三高”

董珺提出，现如今，中老年三高人群越来越多，这也是玻璃体疾病发病率急剧上升的主要原因。她指出，眼底出血并不是一种独立的疾病，而是各种眼病和一些代谢性疾病共有的表现。高血压、糖尿病、高脂血症、肾病、血液病，以及视网膜静脉周围炎、视网膜静脉阻塞、视盘血管炎、眼外伤等都会诱发眼底出血。由于病因比较复杂，眼底出血往往病程长，且容易反复发作，会严重影响视力，甚至引起诸多严重的并发症。

从临床统计来看，由高血压、糖尿病、高脂血症引起的眼底出血最为多见。根据出血部位的不同，眼底出血一般可分为视网膜内出血、视网膜前出血和玻璃体内出血三种。其中以视网膜毛细血管病变最为常见，这种出血主要是由于毛细血管内膜破坏，渗透性增加所致。静脉出血也较为常见，静脉血流迟缓或停滞、血液黏稠度改变、静脉血栓、静脉壁的炎症等都会引发出血。此外，还有来自动脉方面的出血，一般多见于血管壁局部粥样硬化或血管栓塞患者。

任何原因导致视网膜、葡萄膜血管破裂或新生血管破裂出血都可能形成玻璃体出血。少量出血时，病人可有飞蚊症，出血前对视网膜有刺激的疾病，可有闪光感。出血量多，可出现黑点、红视症，大量出血会严重影响视力，甚至光感消失，这就是所谓的“暴盲”。

新民健康推出眼科免费专家咨询号

即日起，新民健康工作室特别推出“免费送专家咨询号”活动，本期将分别送出30名眼底病专家宋蓓雯副主任医师咨询号与30名眼底病医师董珺医师咨询号，有需求的读者可拨打新民健康工作室热线021-62476396(10:00-17:00)，或发送短信“专家+姓名+联系方式”至18917328756报名参与。

眼前有飞蚊症需分清“好坏”

不少人在无意之中发现自己眼前有半透明的点状或丝状“影子”漂浮。这些“影子”随眼球转动而移动，并不固定在视野某个地方。由于这些“影子”就像蚊子一样在眼前飞舞，医学上把这样的症状叫“飞蚊症”。

董珺医师指出，人们所说的眼前飞蚊就是指临床上的玻璃体浑浊。生理性飞蚊症被称为“好蚊子”，一般不用治疗，是中老年人因为正常退化玻璃体液化、解聚加重而出现黑影飘动。只要适当的休息，避免劳累，做到工作、休息要有规律，长时间用眼每隔一小时休息5至10分钟，使用电脑时间不要过长，自我感觉不适时要暂停使用就会有所好转。此外，多吃一些含碘的海产品和含有维生素C的食物，如蔬菜和水果等也会有所帮助。

病理性飞蚊症有3个特点：①.异常闪光。②.短时间内飞蚊数不断增加。③.视线有被遮挡的感觉。董珺解释，病理性飞蚊症一般由严重疾病引起，是因玻璃体附近的网膜、视神经、睫状体等构造发生病变而导致玻璃体变化。她说，病理性的飞蚊症的治疗则根据不同原因引起的混浊进行治疗，严重的玻璃体混浊可通过手术对玻璃体进行切割。

玻璃体切割术进入微创时代

随着新技术、新器械不断地发展，现代玻

璃体手术已成为眼科领域最具有治疗价值的手术方法之一。它改变了许多眼底外科疾病的治疗方式，使过去很多认为不能治疗的眼底疾病得到了治愈，是现代眼科手术发展的一个里程碑。

董珺提醒，眼底大量出血如果无法吸收，必要时必须通过手术来解决玻璃体浑浊。目前有效的方法就是玻璃体切割术。她介绍，玻璃体切割术是20世纪70年代初发展起来的高水准现代微创手术。它的出现被认为是眼科治疗史的一大革命，打破很多以前不能治疗的手术禁区，帮助玻璃体浑浊、病变的患者恢复原本透明的屈光介质。

董珺医生解释说，眼科科技发展至今虽然已有了很大的改进，却依旧保持了传统的玻璃体切割术的封闭式三通道的模式：将三个管子放入玻璃体内，一根管道输入液体，用以维持眼压平衡。第二根管道则是负责整个手术的照明。第三根管道最为关键，整个手术过程所使用的器械工具都在第三个通道内进行更换。

董珺医生介绍，玻璃体切割术已经精确到了毫米级，使手术切口明显缩小，达到了免缝合的要求。她说，这种微创手术可以大大减少术后并发症的产生，同时也减少了患者的痛苦。微创技术在许多欧美国家已经得到了广泛应用，现在希望这项技术能帮助更多的中老年玻璃体疾病的患者带去福音。

医师简介



宋蓓雯

医学硕士，眼科常见病及多发病的诊治；各种出血性、缺血性及增殖性眼底疾病的检查、诊断及激光治疗；多种眼外伤的临床救治；玻璃体/视网膜黄斑类疾病的诊疗和手术。



董珺

医学硕士，眼底病的诊断与激光治疗；复杂性视网膜脱离、糖尿病性视网膜病变及眼外伤等玻璃体、视网膜手术；超声乳化手术治疗白内障；黄斑裂孔及黄斑前膜的手术治疗以及超声乳化、玻璃体切割联合性手术。