

# 岁末关爱社区老人口腔义诊活动

## 原九院专家预送 50 个“牙缺失、牙周病”名额 ◆ 解雯雯

【医生简介】

**庄龙飞** 曾就职于上海第九人民医院口腔种植科, 香港大学牙科医学院牙周 & 种植医学博士, 师承国际牙周及种植学大师 N.P.Lang 教授

**王刃** 曾就职于北京大学口腔医学院牙周 & 种植科, 师承国际口腔种植学会主席 PROF.LANG, 香港大学牙周临床硕士

**周仲豪** 师承上海第九人民医院种植科主任赖红昌教授, 国际种植牙专科医师学会研究员, 美国密歇根大学牙周-种植专科培训师



得当,实现“8020”的目标其实对于中国老年人也并非难事,关键还需重视。

### 周仲豪硕士:避免假牙超期“服役”

如果出现与假牙接触的邻牙或口腔粘膜出现疼痛红肿,假牙与牙齿密合不好导致嵌入的食物较多,或者假牙变形损坏,应该马上修理或者选择其他处理方式,绝不能凑合使用,严重损害邻牙。

### 义诊活动信息

**活动时间:**2015年12月1日至12月31日  
**致电报名:**送口腔健康手册及千元爱牙礼包

**义诊地址:**南京西路758号

**报名方式:**021-66108888

义诊活动备案编号:静字备登字(2015)第0003号

牙周病也随之而来。对于这一错误观念,提醒中老年人,一旦发现牙齿缺失,应当及时就诊,通过医生对口腔情况全面评估,制定合理方案,避免牙齿长久缺失导致修复治疗的复杂性,防止出现“多米诺骨牌效应”。

### 王刃硕士:牙周病“侵蚀”整口好牙

对于牙周病,多数老人不够重视,牙齿的松动甚至脱落,认为是到了一定年龄的正常现象,久而久之,牙周病不断蔓延,侵蚀着牙龈甚至牙齿健康,五六十岁就出现多颗或半口缺牙;根据世界卫生组织(WHO)对牙齿健康的标准,80岁老人至少应有20颗功能牙。在我国老年人的日常生活中,如果发现牙齿松动、牙周病或其他口腔问题,及时就医,通过医生更加全面、专业的针对性治疗,把小问题在萌芽期就处理掉,加上日常对牙齿保养

本次义诊活动特邀由原北大口腔、九院口腔博士团队现场解答疑惑,为了活动有序进行,提前限量预约启动,率先开启新民健康“绿色预约”通道,针对牙缺失及牙周病读者,送出50个预约名额,名额有限,请尽快致电预约:021-66108888 报名参与活动。

长期缺牙会影响饮食,引起胃病、消化不良、营养缺乏,研究表明,将近七成的老年内科疾病跟缺牙有关。牙齿是身体健康的“晴雨表”,缺牙、牙周病、龋齿等,使口腔成为病菌毒素的“培养基地”,缺牙者比没缺牙的人得肠胃病的概率高出六成之多。因此,关爱老人口腔健康刻不容缓,同时老人自身也应该引起足够的重视!

### 庄龙飞博士:长期缺牙不处理问题多!

多数老年人开始出现缺牙问题后,重视程度不够,认为对咀嚼食物影响不大,不需要立即修复,等到其他牙齿也脱落以后再一起修复,能够“一步到位”;殊不知,这样不仅会促使邻牙倾斜移位,加速牙槽骨流失和正常牙齿的脱落,而且严重影响着整个口腔健康,

# 祛青春痘为何不信任 因走了太多弯路

◆ 余兰

有些人脸上长满了大大小小的青春痘,对学习生活带来了很大影响。这些大大小小的青春痘,家长和本人都想尽了办法,他们都可能以前用过大量的外用祛痘面膜和外用祛痘产品,青春痘被硬压下去。所以导致皮肤表面看上去很平、很光。但是炎症全都埋在皮肤底下,表面呈红色状态。一旦停用,就会爆发,比原来更严重。皮肤的主要功能之一是排泄,体内没有对准内调,新的痘痘不断往外长,靠激素压下去的后果就是留下难看的凹洞疤痕。大多数人认为痘痘不看会好的,这就是所谓“自己会好的”后遗症。然而提起青春痘,很多人都会异口同声地讲:“我们看了很多地

方,用了很多祛痘产品,中西药都吃过,但结果都不好,导致失去信心。”所以告诫大家,祛除青春痘要接受正确的方法,胡乱祛痘浪费时间又浪费金钱。

在昌平路667号的青春痘专家,她从医院辞职出国深造,回国后专业从事祛痘事业。在20多年的祛痘中,她把发痘痘的体内类型分辨得清清楚楚,看透内部问题到底出在哪里,进行调理。才能把多年的痘痘和痘印完美祛除。

**祛痘热线:**021-61220588

**地址:**静安区昌平路667号

**祛痘时间:**每周二、三、六、日上午9时至下午4时

# 颈腰椎病如何不开刀?

## 中华中医药学会整脊分会专家现场讲座答疑 ◆ 张筱琳

颈椎病、腰椎病、椎间盘突出、腰椎滑脱、椎管狭窄、青少年脊柱侧弯、顽固颈肩腰腿痛等骨科疑难病,一定要开刀吗?为什么单纯药物或理疗,只能暂时缓解疼痛?为什么即便是手术切除了病变的椎体,临床还总反复发作呢?此类疾病患者在日常的生活、饮食、运动等诸多方面,有哪些注意要点?又该如何积极主动地配合医生治疗,促进疾病的康复呢?

据中医骨伤名师韦以宗教授学术继承人、中华中医药学会整脊分会副秘书长韦春德主任医师介绍,其实绝大多数的颈腰椎病是可以不开刀治疗的,但在临床调治上必须过好“三关”,即“正确地认识疾病”“动态系统的调治”“医患合作”这三关。

专家指出,颈腰椎病久治不愈、反复发作,和以机械、静止的观点看待脊柱,临床只治椎

间盘不调椎曲有很大关系。从解剖学上来说,脊柱分为颈椎、胸椎、腰椎和骶尾椎,但从运动力学、结构力学来讲,它不但是一个整体,而且还是一个动态的系统,因此既要看到骨关节的变位,也要关注肌肉韧带的变化,还有影响到它的神经和血管,必须是从整体、系统、动态的全方位角度来分析和解决颈腰椎问题,帮助脊柱改善或恢复生物力学动态平衡,从源头上解决问题。

新民健康工作室近期特邀韦春德、顾膺、潘万英等多位中华中医药学会整脊分会专家,为颈腰椎病患者举办面对免费讲座咨询答疑活动,并将根据患者病情,针对性地指导饮食、运动等要点。有需求的读者可拨打新民健康工作室热线021-52920871提前报名,或编辑短信“整脊咨询+姓名+联系方式”发送至18117163841报名。

# 专为老年人服务的口腔门诊



夕阳红创始人施国良先生

祖籍宁波的施国良先生是上海夕阳红口腔门诊的创办人,他自幼就在一个充满爱的大家庭里长大,外公外婆的悉心照料和陪伴,在他的心里播下了善良和爱的种子。在他的记忆深处,外公外婆晚年的牙齿老旧寒苍,这始终困扰着他们的生活,施国良先生在心中暗暗发誓,等他长大有能力后,一定给他们戴上一副好牙,让老人家能吃上任何食物。

成家立业后,给外公外婆戴一副好牙的梦是圆了,但他发现自己身边的亲人与邻居长辈们,也出现了当年外公外婆一样的状况:牙齿松动、缺失、龋蛀等……

多年来积压在施先生心中的夙愿,

推动他开始尝试着去帮助身边的人,在口腔医学领域探索的历程中,他发现有许多牙病患者,尤其是中老年患者对于牙科及牙病的保健知识非常匮乏——如老年人口腔健康方面的常见病和多发病、老年人残牙、残根的治疗与修复,危害老年人口腔健康的黏膜病,老年人缺牙修复方法的选择,老年口腔保健措施等。他们几乎一无所知。深受口腔问题影响的他们迫切需要得到专业的口腔保健和疾病治疗的相关知识……

因此,施先生更加坚定了创办一所老年人的专业口腔门诊的心愿,他将特别希望老年人在晚年也能享受到美味佳肴的同时,强化营养吸收,增强体质,从而改善老年人的生活质量。

对老年人来说,一处公寓,一次旅游,一桌佳肴,或是一口好牙,它们的价值是同等。

为此,施先生特意依据老人所需,创办了专为老人的口腔门诊——在全社会都在关爱老年人的时代,施国良先生依托自己20多年的丰富口腔保健管理经验,为保障老人们的幸福晚年,贡献一份自己力量,让老年人拥有最美的夕阳,更多的口福,幸福的晚年!

(文:石亦华)

## 健康圈

### ■ 消化道疾病讲座信息

活动主题:胃肠健康与胃肠疾病的科学诊治

活动时间:11月28日(周六)上午9时至12时

活动地点:同济大学附属杨浦医院(腾越路450号)2号楼六楼大会议室

活动内容:胃肠科专家主题讲座、现场交流、健康咨询、抽奖环节等

专家团队:同济大学附属杨浦医院胃肠外科专家团队、消化内科专家团队

报名方式:021-52920338

### ■ 本周日有膏方咨询

11月29日上午9:00,上海中医药大学附属岳阳中西医结合医院中医内科主任医师

沈依功教授将在华泾路1200号现场开膏方,并与读者面对面交流咨询。

### ■ 中国名医百强榜发布2014年度榜单

现在,患者寻医有了一个实用的工具——中国名医百强榜,一个由专业医生站在患者视角制作的名医指南,堪称就医版琅琊榜。中国名医百强榜中所收录的专家,全部来自一线临床,技术水平与国际接轨,其技术水平和专业手术数量在国内领先,并且有较高的专业科研成就。从2012年首次发榜至今,经过三年的不断补充调研,2014年度的中国名医百强榜中已收录了来自全国的共600名一线临床专家。今年百强榜联合部分上榜专家,发起线上免费派发一批专家号的公益行动。

西御堂冬虫夏草特邀青海省冬虫夏草协会会长拉加才旦先生为您揭秘

# 虫草2大隐蔽造假手段

目前,冬虫夏草等传统热门滋补品已进入消费旺季,为了帮更多消费者选对虫草,放心吃虫草,即日起,“西御堂”冬虫夏草特邀青海省冬虫夏草协会会长拉加才旦先生教您选购虫草的诀窍,识别多种隐蔽的虫草造假手段,从而防范虫草消费陷阱。

### 用添加剂“做色”,改善虫草的外观

相同产地的虫草因受日照时间、生长地湿度的因素影响,自然干燥后会形成深浅不一的色泽,通常海拔较高、湿度较低区域的虫草干燥后颜色较浅,呈淡金黄色或黄色,海拔较低、湿度较大区域的虫草颜色较深、较暗。

识别窍门:正常干燥的虫草有天然色差,有类似蘑菇的香味或淡腥味;用食品添加剂做过色的虫草则无色差,且有类似面包房的淡香甜味。

### 修短虫草草头,冒充上品虫草

“头草”是指每年头批采挖的冬虫夏草,其采挖时间更早,气温尚低,草头生长所消耗的

虫体营养极少,品质更上乘,售价较高。个别商家会剪短普通虫草的草头,冒充“头草”销售。

识别窍门:“头草”的虫体大而紧实、草头较细、较短、且长短不等;较晚采摘、虫体营养消耗较多的虫草草头较长、较粗,特别是经修整(剪短)草头后冒充头草售高价位的虫草,草头虽短,但很粗,很整齐。

### 西御堂冬虫夏草:

(黄浦区金陵东路400号群力大药房西厅,长宁区长宁路350号,闸北区保德路410号,浦东新区上南路3820号)

1. 只售当年新采虫草,杜绝假冒、以次充好,以陈充新,假1罚10。

2. 购买后不满意,15天内可退、可换。

3. 去掉中间环节,价格更亲民,3000头/500克整支虫草最低99元/克,千头王级大草最高359元/克,买10克赠同品1克。

咨询电话:4000011366、021-80261558