

专家忠告:缺牙不处理,加快掉光速度

新民健康特邀原九院种植牙专家,报名即获爱牙健康福袋

◆ 叶雪菲

【讲座信息】

新民健康、德国弗莱堡大学口腔医学院携手主办“拒绝老掉牙关爱行动”,活动特邀原九院口腔种植科专家,以及来自德国弗莱堡大学口腔医院的牙科权威,共同组成专家团队,为市民举办种植牙科普讲座,点滴关爱,让您重享齿间幸福。

1. 报名即获爱牙健康“福袋”

2. 个性化牙健康建议

3. 免费享受与国际权威种植专家面对面交流



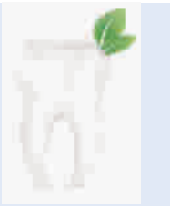
扫二维码报名 即获精美礼品

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

常言道:“齿健人长寿”,可见,健康的口腔是身体健康的基础。我国 45 岁以上人群绝大部分存在着缺牙问题,尤其是 60 岁以上老年人,多半存在 3 颗以上牙齿缺失,甚至半口或全口牙缺失。然而缺牙后及时处理的却很少,导致缺牙人群的身体健康及生活质量受到严重影响。



缺牙多年不理睬,胃病找上门

62 岁的林先生,以前常听人说“牙好身体才好”总是不以为然,但如今自己已经是深有体会。他六年前就开始掉牙,一直没有处理,没想到最近人越来越消瘦,前不久还查出了胃溃疡。

种植专家王申提醒道:牙齿缺失后,咀嚼效率必然会随之降,唾液分泌减少,胃肠蠕动减慢,未充分嚼碎的食物进入胃肠,胃肠系统

的负担随之加重,自然容易导致胃肠功能紊乱,影响人体对营养成分的吸收,造成更严重的消化系统的疾病。

不仅如此,长期缺牙还会增加心脑血管疾病发病风险,影响大脑生理机能,导致记忆力减退等。王申在此提醒,对于缺牙一定要重视起来,尽早通过科学的方式处理。目前有多种缺牙处理方式,患者可以选择更稳固、更贴近自然牙的方式,但无论选择何种方式,都应尽快到正规医院进行全面的评估,听取专业医生的建议。

特邀专家简介

王申

上海交通大学医学院口腔医学硕士,2003 年至 2013 年在上海交通大学医学院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、日本等国家进修。擅长微创种植、即刻种植、牙齿松动的治疗。

口腔百科

牙齿松动、咀嚼疼痛如何是好?

牙齿在健康状态有一定的活动度,当牙齿的活动度大于正常范围时,就称作牙齿松动。牙齿松动主要由两大方面的原因,一是牙根周围组织的改变,二是牙根本身的吸收变短。很多牙齿松动的朋友,往往都在纠结松动的牙究竟是该“保”还是“拔”,尤其是多颗牙松动时。

牙齿的松动可以分为轻度、中度和重度三种,轻度松动的牙齿可以通过有效的牙周病治疗,如洁治、刮治等治疗措施,大多数可恢复正常;中度松动时,在消除炎症的同时,可把松动牙和邻牙一起结扎固定,使一组牙共同承担咬合力,阻止牙齿进一步松动;如果已发生重度松动,继续勉强采取“保牙”措施,则可能加重邻牙的负荷,继续留在原地还会加快牙槽骨的吸收,使牙齿根基变浅,牙齿变长,随着骨吸收现象的日益加重,就好比种植树木的土壤层变浅,无法培植支撑树木的生长一样。待松动的牙齿自然脱落,再行处理,也会因牙床变低而增加难度。

祛青春痘就怕不讲诚信 花冤枉钱

◆ 余兰

祛青春痘,有很多人走了弯路,各种信息良莠不齐,造成祛痘知识匮乏,误导误解重重,给五花八门的祛痘钻了空子,钱白花了,痘痘没有好。其实青春痘一定要从内部找问题,不能做表面文章,有的迷信网上宣传做激光、外涂各种祛痘产品,简直是对痘痘的脸完全不负责任。痘痘发在脸上,根源却在体内,斩草要除根。只求把痘痘快速压下去,结果钱用了,外用药停了但痘痘照发。甚至还有可能使皮肤越来越敏感,用什么都用不上。因此发痘痘的脸一定要因人而异,从根本上找到解决青春痘的关键手段。作为一名祛痘的专家,从良心上来讲把痘痘的脸作为赚钱的工具是种耻辱。人生经常会面临

各种选择,一旦选择错误结果完全不同。祛痘也一样,有些朋友“战痘”十年却发了十年,问题就出在没有找到体内根源。

我们有着几十年祛痘经验和实践的专家。她离开医院出国深造,回国后专业从事祛痘,已建立了一套成功的祛除青春痘的内调技术。实践证明,青春痘长在脸上,根源却在体内,而且不同的痘友发痘的原因也都不一样,所以我们对每个人的内调也不一样,已为无数海内外痘友解除了烦恼。

专家祛痘热线:61220588

地址:静安区昌平路 667 号

工作时间:每周二、三、六、日上午 9 时至下午 4 时

七分防三分治 血管保暖要防护到位

早春时节,血管外科医生愈加忙碌起来,因为病房里增加了许多脑中风患者。研究表明,气候寒冷是脑中风的诱发因素。

身体觉得寒冷要增添衣物,为血管“保暖”还应该再做什么呢?充分的血管“保暖”,讲究“七分防三分治”,有时候,仅仅改变一个小习惯,便可获得一份健康的大满足。

七分防,要从生活习惯和健康检查两个方面入手。生活习惯方面,一是要注意早晚防寒,及时添加衣帽;户外运动以阳光充足且温度适宜时为佳。二是戒烟限酒,戒烟会很大程度改善血管状态。三是密切检测血压、血糖和血脂,遵照医嘱调整用药,保证各项指标稳定在可接受的范围内,切不可随意停药或更改药物剂量和品种。四是保持良好

的心态,做事不急不躁,保证充足的睡眠和休息。对于健康检查方面,要重视颈动脉血管的检查,当发生一过性的头晕、视物模糊、黑矇等先兆症状时,可以去医院做颈动脉超声检查,排除颈动脉狭窄,如果确定颈动脉有斑块形成,可以向血管外科医生咨询,以确定进一步检查治疗方案。

确诊颈动脉狭窄后也不要害怕,及时就医选择合适的治疗策略,便可以提早预防脑中风的发生,也就是我们所说的“三分治”。对于狭窄程度小于 30%-50%的患者,需要接受正规的药物治疗并且密切随访;对于狭窄程度大于 50%的患者,应及时手术治疗,从根本上预防脑中风的发生。秦锋 赵志青 景在平(第二军医大学附属长海医院血管外科)

“讲文明树新风”公益广告

文明中国 礼仪之邦

游遍天下山川 只留脚印一串

文明中国 礼仪之邦

文明守礼 遵规守法, 文明旅游 永相伴。

新民晚报

中央文明办 人民日报

● 国内邮发代号 3-5 / 国外发行代号 D694 / 全国各地邮局均可订阅 / 广告经营许可证号: 3100020050030 / 社址: 上海市威海路 755 号 / 邮编: 200041 / 总机: 021-22899999 转各部

● 本报印刷: 上海报业集团印务中心等, 在国内外 7 个印点同时开印 / 上海灵石、上海龙吴、上海金桥、上海界龙 / 北京、香港、美国洛杉矶

● 本报在 23 个国家地区发行海外版 / 美国、澳大利亚、加拿大、俄罗斯、西班牙、泰国、菲律宾、日本、法国、巴拿马、意大利、荷兰、南非、匈牙利、新西兰、罗马尼亚、尼日利亚、印度尼西亚、阿联酋、英国、德国、希腊等

24 小时读者服务热线 962555

本报零售价 每份 1.00 元

6 935563 504518