

新民健康特邀留美、留日种植专家为广大缺牙人士进行免费电话讲座 如何更靠谱地解决缺牙老人的吃饭问题?是否有秘诀?

◆叶雪菲

提起缺牙,很多老人都有一肚子苦水:说话漏风,讲话口齿不清;面部没有牙齿的支撑出现塌陷,整个人显得老态龙钟;咀嚼食物无力,渐渐出现营养失衡,身体越来越虚弱;牙周炎频发,加速剩余牙的缺失……

目前处理缺牙的方式五花八门,各种口腔医疗机构繁多,让很多缺牙患者无所适从,到底该选择什么样的处理方式?选择什么样的口腔医生?成为许多缺牙人士的最大困扰。

健康口腔 幸福晚年 中美口腔种植专家限时抢约

为此,新民健康特邀美国加州大学(UCLA)种植硕士,ICOI国际种植牙医协会研究员,美国罗马琳达大学种植临床硕士,美国纽约大学NYU种植学会会员,国际口腔种植体学会(ICOI)会员,原上海九院口腔种植科等专家组成的中美口腔种植专家团,为广大缺牙、活动假牙烤瓷牙使用不适者提供免费的讲座交流!

新民健康爱牙咨询热线:

021-52921992

或编辑短信“爱牙+姓名+联系方式”发送至:13331917156

前30位电话报名者 可享爱牙大礼包

☑精美护牙套装一份

☑中美种植专家团面对面免费交流



扫一扫
获取更多爱牙活动信息



老人缺牙太遭罪 缺牙“长”出并不难

对于重享美味,获得跟真牙一样的咀嚼体验,是广大缺牙人士一直梦寐以求的愿望。但很多缺牙老人在选择缺牙处理的方式时,由于种种原因,难免会步入误区,造成口腔异物感强烈、牙龈红肿疼痛、吃饭不香等问题。

留美种植专家表示,在选择缺牙处理的方式时,一定要追求舒适、安全、有效的理念,不能盲目跟风,采用更符合人体牙槽骨结构,并且不伤牙龈、不磨除健康好牙的科学缺牙处理方式,吃饭香的愿望并不难实现!

专家经验、医疗机构是关键 为每一颗牙保驾护航

另外,选择什么样的口腔机构和口腔专家也是至关重要的,缺牙处理往往需要涉及牙体、牙周、修复学科等多学科知识,并需要前期检查、治疗到后期维护的完整模式,这就对医疗机构的要求非常高。

其中严格的检查、精确缺牙处理方案的制定、苛刻的手术操作是缺牙处理成功的必要条件,而能满足患者更高、更广度的口腔全科医疗需求,并拥有丰富经验的口腔专家是缺牙处理成功的关键。

缺牙处理莫拖延 齿健身体壮 好牙乐无忧

身体健康是幸福快乐生活的源泉,而拥有一口好牙则是美好生活的基石,但长期缺牙会对健康造成巨大隐患。更为重要的是,由于牙槽骨是支撑牙齿的关键,而长期缺牙会导致牙槽骨的不可逆流失,一般缺牙时间越久,牙槽骨流失就越严重,并引发接二连三的掉牙,相信很多老人对此深有体会。

炎炎夏季,是人体各项代谢能力最旺盛的季节,在这个时节及时处理缺牙,对人体的恢复更为有利。拥有一口好牙,各种美食可以“任性”嚼,重享舌尖幸福,享受品质晚年,身体也变得棒棒哒!

指导专家



魏兵

中国医科大学学士
美国罗马琳达大学种植临床硕士
ICOI国际种植专科医师协会会员
中华口腔医学协会会员



袁昆强

加州大学洛杉矶分校GIDE种植硕士
ICOI国际种植牙医师协会会员
中华口腔医学学会牙周病学专业委员会委员

五类人群不宜多跳广场舞

◆叶雪菲

奚小冰介绍,广场舞属于有氧运动,运动强度低、节奏感强,不中断、持续时间较长,经常参加有氧运动可使储存在人体肌肉和脂肪中的脂

肪酸,生成三磷酸腺苷,三磷酸腺苷分解时,能够释放出能量,使人体的细胞具有做功的能力。有规律地进行广场舞活动,可以提高红细胞数量,改善血液循环,减少高血压的发病例,提高人体的新陈代谢水平;同时参与适度的广场舞活动还能对矫正身体不良姿态起到一定作用,减少骨质疏松的发病率,对中老年的身体健康具有重要意义。

但是,广场舞也是有门槛的,不是所有人都适合跳广场舞。奚小冰提醒,高血压及心脑血管疾病患者、手术后患者、糖尿病患者、有韧带损伤的人、肩关节疾病患者不宜多跳广场舞。他解释,高血压及心脑血管疾病患者不宜做过于激烈的运动,否则,容易导致血压突然升高,诱发心脑血管事件,建议做些舒缓的运动,如慢走、游泳、打太极拳等。手术后患者运动的关键是要循序渐进、量力而行,运动项目要从易到难,运动时间要逐渐增加。而糖尿病患者运动量也不宜过大,若在运

如今,越来越多的中老年人加入了广场舞的队伍中,甚至每天吃完晚饭不来一场就“浑身难受”。然而,跳广场舞本为健身,但有人却越跳越疲乏,也有人因此受了伤,到底哪些人群不适合跳广场舞?魏氏骨科第四代传人、上海交通大学医学院附属瑞金医院骨科副主任奚小冰主任医师指出,高血压及心脑血管疾病患者、手术后患者、糖尿病患者、有韧带损伤的人、肩关节疾病患者不宜多跳广场舞。

动中出现心慌、气急、出冷汗、脸色发白等情况,就说明运动量过大了,很容易诱发低血糖。糖尿病患者的微循环系统较差,一旦遇上外伤,很难愈合,推荐的运动项目有慢走、游泳。

此外,广场舞上肢扭动比较厉害,有韧带损伤的人也不适合。即便没有韧带损伤,也要在跳广场舞前后做热身、放松,否则容易导致肌肉僵硬、变紧,使机体受损。肩关节疾病有很多,如肩峰下撞击、滑囊炎、肩袖损伤、孟唇损伤等,而这些疾病绝对不是靠广场舞的拉伸活动可以解决的,如果患病了还每天锻炼广场舞,只会加重病情。

而在运动场地的选择上,奚小冰表示,水泥地太硬,没有缓冲的作用,锻炼(特别一些高负荷的运动,如跳舞、跑步等等)时容易造成身体关节的损害。而木板和塑胶场地,具有一定弹性,能够减少对身体的关节的损害,在锻炼过程中发生意外跌倒时,也能够起到一定的缓冲作用,减少筋骨肌肉外伤的发生。此外,大多数校园以及公园多是以塑胶场地为主,木板场地较少,老年人可以根据家庭周围的设施进行场地的选择。

原装进口全脂奶粉特价 中老年人好消息

100%新西兰原装进口,新西兰气候温和、生态环境优越,没有工业污染,确保奶源品质安全。放牧式养牛、适宜的气候、肥美的牧草、纯净的水源、严格的质检制度……从生产源头开始,为您提供全面营养呵护。

甄选优质大豆磷脂,配合高钙含量,营养健康双保险;小分子,高蛋白,更易吸收,喝出原味健康!

澳洲健康食品康培尔旗下还有各类健康食品:蓝莓奶片、山羊奶粉、绵羊奶粉、澳洲牛初乳、有机奶粉、大豆蛋白粉、麦努卡蜂蜜含片、麦努卡蜂蜜、澳洲塔斯马尼亚革木蜂蜜、OMEGA-3、南极深海鱼油、玛咖胶囊、DHA胶囊等健康品均受到广大追求健康的消费者的青睐。



新西兰原装进口 速溶全脂奶粉

Instant Whole Milk Powder
市场零售价:360元/罐

900克: **50元/罐**

可以送货上门,每人限购两罐

(进口检验检疫卫生证书)编号:320100115066871

推广购买地址如下:

上海市徐汇区肇嘉浜路1033号徐家汇国际大厦12楼D座

上海市普陀区江宁路1158号友力国际大厦1601室

上海市徐汇区虹桥路1号恒隆广场3楼376B(康培尔概念店)

上海市静安区南京西路1168号中信泰富广场5楼511室(康培尔概念店)

推广订购咨询热线:021-62455932 / 021-62496572