

如何选择更好的缺牙处理方式 原九院种植专家为您解答

种植专家团宣教活动开启, 报名即享免费解答及爱牙礼包

◆ 叶雪菲

缺牙影响健康 及时谨慎处理很重要

长久以来, 很多老年人都认为牙缺失是一种自然现象。其实不然, 牙缺失多是因为牙周病等问题诱发的, 而且还会引发口臭、龋齿、牙周病等口腔疾病和肠胃疾病。此外, 牙齿缺失后, 导致牙槽骨萎缩, 会造成面颊部和周围肌肉松弛, 唇、颊部内陷, 口角下垂, 面部变形及皱纹增多, 加剧人的面部衰老。原九院种植专家秦卫民提醒广大缺牙读者: 缺牙危害大, 需要及时处理。

如何更好处理 缺牙专家为您详解

近年来, 随着口腔医学技术的不断发展, 牙缺失的处理方式也层出不穷。那么, 缺牙者该如何选择适合的牙齿处理方式? 什么样的缺牙处理方式更好呢? 口腔修复专家指出, 较好的缺牙处理方式应该满足如下几点要求:

1. 保护牙槽骨

人的牙齿和树木一样, 大树枝根深蒂固才能枝繁叶茂, 牙

齿缺失后牙槽骨就像水土流失, 牙槽骨会出现不同程度的萎缩和吸收。好的缺牙处理方式应该是对整个牙槽骨起到很好的保护作用。

2. 保护邻牙

一个好的缺牙处理方式, 应该具有独立的牙根固位, 不需要依附邻牙来固位, 也无需磨损相邻好牙, 对健康的邻牙不仅没有伤害, 还可以防止由于缺牙导致邻牙的移位或牙齿松动。

3. 舒适美观

好的缺牙处理方式外观和功能上应与真牙一样, 处理后口腔内也无异物感, 有利于保持口腔卫生, 舒适美观。

4. 咀嚼力强

天然牙将口腔内的咀嚼压力通过牙根传递至牙槽骨, 牙根能承受强大的力量, 咀嚼效率高。因此处理后的牙齿生物力学原理能与天然牙相似, 才能满足咀嚼需求。

5. 稳固牢靠

良好的缺牙处理方式能通过骨结合连接在一起, 十分坚固, 可像真牙一样扎根在患者的口腔里, 根深蒂固, 所以稳固。

原九院专家携手专家团免费爱牙宣教, 全城征集牙缺失读者

为更好指导广大缺牙者科学处理缺牙, 本周, 新民健康特邀原九院种植专家秦卫民联合知名口腔修复专家蒋勇军举行免费爱牙宣教活动, 为您详解缺牙处理新方法。现面向全城征集: 单颗、多颗、半口/全口缺牙、缺牙疑难症、牙槽

骨萎缩、烤瓷牙失败、牙齿缺损、牙列稀疏患者。

成功报名的读者还可获得:

- 一、种植专家免费牙缺失处理答疑解惑
- 二、爱牙大礼包一份(含七彩健康牙杯/便携式牙膏等)

三、专家一对一答疑交流

报名方式:

拨打新民健康工作室电话: 021-62892367(工作日期间10:00-17:00) 编辑短信“口腔+姓名+联系方式”发送至: 15921864049

【本期专家介绍】

秦卫民

口腔医学硕士, 原九院口腔种植专家。毕业于上海交通大学口腔医学系, 曾多次赴国外进行交流, 接受过美国3I和德国费亚丹系统专业培训, 主张口腔技术注重实用性、现实性、易操作性。



蒋勇军

中华口腔医学会会员, 口腔修复专家。曾在第四军医大进修, 并曾任职上海公立三甲医院义齿制作中心技术总监, 具有十余年口腔临床经验, 对于牙周病、牙缺失修复有独到的见解。并长期赴德国、美国、韩国、芬兰等国家做学术交流及新技术的研究。



本版活动为公益活动, 不向参加者推荐医疗服务或者其他商品, 相关信息仅供参考

欢乐购物季, 你给你的牙齿买了点啥?

■ 欧馨

又到了“购物狂”们最爱的“双11”。辛苦了一年, 当然要买点东西犒赏自己。不过, 为你辛勤劳作了一年的牙齿也该得到些“回报”哦。所以, 买买买的时候也记得犒劳一下牙齿君吧!

● 买吃的? 懂点护牙知识很有必要

零食是不少“网购党”的必选。但要提醒各位, 糕点等黏性食物虽美味, 但吃完了要记得及时清洁牙齿, 否则就可能同时满足蛀牙产生的四个必要因素——易感的宿主(薄弱的牙齿)、致病的细菌、容易产酸的食物和足够长的作用时间, 提升蛀牙风险。还有人可汽水能不能喝。一般情况下, 汽水入口后会迅速滑过, 在口腔中停留时间很短, 再加上唾液的缓冲作用, 所以在养成良好的口腔卫生习惯和饮食习惯的情况下, 适量饮用汽水不会直接导致蛀牙问题。

那有什么“益牙”食品推荐吗? 有! 比如说核桃。有些人有“牙本质过敏症”, 一遇到刺激性食物牙齿就会酸痛。核桃仁中含有丰富的脂肪油、蛋白质等成分, 其中油和蛋白质能渗透到牙本质小管内发挥隔离作用;^[1]此外, 像苹果、梨、芹菜等富含粗纤维的蔬菜也很好, 咀嚼时可以帮牙齿做清洁, 口腔分泌出的大量唾液对牙齿也是有益的。^[2]

[1]《健康那些事儿》, 中央电视台科教频道, 2015年
[2]《爱护牙齿最好多吃这些食物》, 39健康网, 2010年5月10日
[3]《朝闻天下》, CCTV13 新闻频道全

● 选对工具, 护牙更有效

常用的护牙工具无非是牙膏和牙刷, 所以我们就从这两样说起。首先是牙膏, 美白牙膏再好也不可能两天见效, 还是得养成良好的刷牙习惯。另外, 因为口腔问题往往是复合型问题, 每款牙膏针对的菌群也不同, 所以适当选择并定期更换牙膏种类能更好保护口腔。^[4]

其次就是牙刷。很多人感觉硬毛牙刷刷得干净。其实适柔软毛更好, 因为长期用力摩擦牙齿表面可能会磨损牙齿。而且牙刷使用三个月后要更换。^[5]这里也给大家介绍国际上流行的“巴氏刷牙法”: 用37度左右的温水, 将牙刷毛15度的朝向牙龈沟, 先水平方向轻轻震动, 然后再垂直竖刷, 将牙齿之间的食物残渣清洗干净。^[6]

最后还是要提醒大家, 尽管网购能轻松买到各种护牙产品, 不过要想养成良好的口腔卫生习惯, 关键还得自己上心。除了以上这些护牙小贴士, 希望大家还要记得定期检查牙齿, 千万别等到牙齿问题找上门才“追悔莫及”哦!

国爱牙日特别节目, 2015年9月20日
[4][5]《护牙工具, 吃货必备》, 搜狐健康, 2016年5月28日
[6]《方法不对! 横向刷牙法就是自残》, 网易新闻, 2016年9月25日

科院虫草购物狂欢光棍月

——11月专享

四大产地新冬虫夏草

上海科院药房冬虫夏草为每年4月中旬开始采集的新鲜虫草, 分别为四川阿坝虫草、四川甘孜虫草、青海玉树虫草、西藏那曲虫草!

西藏那曲 四川甘孜 青海玉树 四川阿坝

1 四大产地 0.4-0.5g 规格虫草全部 6折特惠!

每人限购50克!

2 精品优质断草 现隆重出售! 欲购从速, 先来先得! 售完为止!

68元/克起

3 地产1+1 优惠折上折 同时购买两种产地的虫草, 折后再享95折。

(上海科院药房原名中国科学院上海生命科学院科院药房)

订购热线: 021-64311772 / 34010789 广告
上海科院药房地址: 肇嘉浜路526号(近岳阳路)