9月16日看全口缺牙老人,如今能否轻松嚼蟹?

电视节目明星专家亲临现场,爱牙月邀您一起品酒嚼蟹话口福!

高 媛

【核心提示】九月秋意渐浓,阳澄湖的大闸蟹马上就要上市啦!蒸上一笼饱满壮实的大闸蟹,掰开那热气腾腾的蟹壳,露出里面黄澄澄的蟹膏,咬上一口,鲜嫩肥美的味道真是让人难以忘怀!再来一壶黄酒,秋风穿堂过,最惬意不过啦!

上周百人牙周种植联合讲座,发现很多阿姨爷叔存在牙齿松动、牙周溢脓、多颗缺牙、牙龈萎缩的情况,平常吃饭都成了问题,如何又快又好地重获好牙?如何让新牙咀嚼力更强?

■特邀专家

李 娜
知名齿科门诊部院长、种植总监、交通大学学士
同济大学修复硕士、加州大学洛杉矶分校 GIDE 种植硕士
ICOI 国际种植牙医师学会会员
中华口腔医学会成员

魏 兵
知名齿科疑难种植总监、中国医科大学学士
美国罗马琳达大学种植临床硕士、ICOI 国际种植专科医师学会会员
中华口腔医学会会员、韩国 AIC 种植协会会员
ICOI 国际种植牙医师学会会员

左菲菲
知名齿科门诊部院长、口腔全科专家
ICOI 国际种植牙医师协会会员、毕业于哈尔滨医科大学

缺牙老上海如何有口福 8020好牙养成计划全市推行

正值爱牙月,新民健康"8020"好牙养成计划全面推行,致力于通过一系列牙周、种植主题讲座,树立正确的口腔健康观念,让更多人能在80岁还能拥有20颗功能好牙!

本周,新民健康特别邀请多位国内知名种植专家,为市民介绍"不植骨、不疼痛、当天马上有牙",并面对面咨询交流,提供高质量爱牙支招,助力晚年好口福、金秋大口吃香蟹!

品酒吃蟹 重拾品质生活

"大闸蟹膏细肉嫩,蘸着酱醋下酒,原汁原味,真真是鲜香一绝!"大闸蟹一直以来都是上海人心心念念的美食,品酒吃蟹更体现了上海人缓慢精致的生活。

但是很多老人却因为长期缺牙,多年未能好好嚼上一回蟹,吃不出大闸蟹美味的精髓。不少人感叹:"退休后感觉生活品质反而下降了,吃什么都吃不香……"而且由于缺牙后咀嚼功能大幅下降,只能吃松软的食物,时间一长营养摄取不均衡,身体慢慢消瘦,体质变差,严重影响晚年生活质量。

缺牙时间久不用怕 当天有新牙 轻松嚼蟹

缺牙多、时间拖得久,还有办法短时间内恢复一口好牙吗?"缺牙几年不修复,容易食物积塞,引发牙菌斑、牙结石堆积,导致牙周发炎,从而让牙龈萎缩、牙根暴露、牙槽骨流失。"知名种植专家魏兵表示,如今的缺牙修复技术,可实现当天有牙当天享美食,更重要是不用植骨、不磨牙、不损伤牙龈,新牙的咀嚼能力堪比真牙,轻松大口嚼大闸蟹不是梦!

全城见证全口缺牙人当天有牙

报名讲座 获专家免费宣教支招

"即拔即种""当天修复当天啃苹果"…. 这些在长期缺牙患者看来是天方夜谭的故事,其实一点不稀奇。本周,疑难种植总监、电视节目明星专家、院长级专家将进行专场讲座,揭秘"吃饭香"的秘诀!前三十名报名可享专家免费方案设计名额,畅享爱牙千元红包。

活动亮点

①缺牙、松牙专题讲座;
②疑难种植总监面对面宣教答疑
③缺牙、松牙、牙周问题高质量维护保健方案;
④体验当天有牙的修复新理念;
⑤到场即赠种植术后牙周保健手册

新民健康报名咨询热线:021—52921992

活动时间:9月16日周日下午13:30
或编辑短信"爱牙+姓名+联系方式"发送至:13331917156

怎么让食物成为你的药物?

叶雪菲 实习生 姚嘉媛

核桃延缓老年痴呆?绿色蔬菜吃得越多,患关节炎的可能性就越小?苹果汁会降低心脏病的患病率?……这一系列的说法在朋友圈经常能够刷到。自古以来,中医药里就有"药食同源"的理论,其实这个说法是具有普世性的。

医学之父希波克拉底的论述"让食物成为你的药物,药物就是你的食物",明确了营养对人类健康和疾病的影响。营养素可以在调节疾病的代谢途径中能够发挥关键作用。

"隐性饥饿"正在危害你的健康

"隐性饥饿"是什么?吃饱了怎么还会饥饿呢?美国新泽西州罗格斯州立大学食品生物工程博士马胜学指出,微量营养素摄入不足而导致的"隐性饥饿"正在悄悄危害人们的健康。微量营养素在人体内含量小于0.01%,但却是正常生命活动不可缺少的。如今世界饥饿人口相较90年代数量比已大大下降,但是微量营养素摄入的缺乏导致国民健康依旧不容乐观。

据世界世界卫生组织预测,到2020年,中国与膳食营养相关的慢性病占死亡原因的比例将达79%。多次居民营养与健康状况调查数据表明,由于膳食结构不合理导致各种微量元素缺乏的亚健康人群数量庞大。因此,日常生活中要注意荤素平衡,蔬菜含纤维素多,脂肪少,会抑制锌、铁、铜等重要微量元素的吸收,肉类食物含有蔬菜中缺少的营养成分,可弥补素食的不足,但也不可摄入过多,会引起高血压、心脏病等疾病。

营养干预能够抑制疾病发展

马胜学博士认为,通过营养干预,疾病也能防患于未然。尤其对于中老年人群体,他们因腺体分泌机能减弱,新陈代谢过程缓慢,容易带来许多老年性疾病,营养干预能够在一定程度上抑制疾病发展。而比如由代谢失调导致的癌症,癌细胞优先利用某些营养物作为燃料,与药物相比,营养物质安全又可靠,并且容易组合可以有效地用于多个目标。

所以中老年人的合理膳食应当是低热量、充足的优质蛋白、少量脂肪、多种维生素和无机盐的平衡膳食。这种用营养干预来抑制疾病发展的方法,称之为介入性营养。介入性营养研究的进展不仅可以改善公众对营养的认识,而且还可以为现代慢性疾病管理提供更多选择。

完整新鲜的食物才是真正的营养

很多人可能会用营养片、营养胶囊来代替食物摄入必要的营养。对此马胜学强调,完整新鲜的食物才是真正的营养。芬兰政府曾耗巨资做了一个有关维生素的实验,实验找来两万多人,让他们每天吃维生素A和维生素E,而另一组对照组则不吃,实验数据的收集进行了近8年。科学家们发现每天吃维生素的这些人患上与死于癌症的概率要高出18%,而且吃维生素E的这些人得心脏病、死于心脏病的概率比对照组高出50%。

对此,美国食品药物管理署的维克多赫伯特博士解释说:"当一种维生素在一个橘子里时,我们称它为抗氧化剂,这对我们的身体是有好处的。而当这种维生素离开橘子以后,它就被称为氧化强化剂,它会制造上亿的自由基,从而造成心脏病、癌症。"所以一个完整的食物才是真正的营养源。日常在饮食中应选择新鲜的食物,对于膳食平衡,以"天然、适量、均衡"为主要原则。

肠燥便秘 滋阴生津是方法
养阴口香合剂治肠燥便秘有方法
口臭口疮便秘胃难受,请用养阴口香合剂!

"肠燥便秘"是有些胃热津亏、阴虚郁热的人群常见的消化疾病,表现在排便困难和次数减少,有时还可能伴有口臭、口舌生疮、齿龈肿痛、咽干口苦、胃灼热痛等身体不适。

肠燥便秘、口臭口疮、胃难受,怎么办?胃热津亏、阴虚郁热上蒸所致!上述病症的患者可使用养阴口香合剂,国药准字,具有滋阴生津、清胃泻火、行气消积二大功能,用于胃热津亏、阴虚郁热上蒸所致的:肠燥便秘、胃灼热痛、口臭、口舌生疮、咽干口苦、齿龈肿痛等疾病。

贵州万顺堂药业有限公司精研的养阴口香合剂,遵循苗医药传统,以贵州名贵金银石斛鲜品入药;配以十余味药材融入现代科技而成。一次30毫升,一日2次。疗程服用方法详见说明书。

http://www.gzwsr.com
全市各大药房有售 电话:62041665

长期腹泻(慢性肠炎、功能性腹泻)要重视

安场®鞣酸苦参碱胶囊—治肠炎止腹泻

如果您的生活中出现了:饮食刺激、精神紧张就腹痛难耐,反复腹泻,有时还伴有粘液、脓血等症状,请别忽视!患上了急慢性肠炎(小肠、结肠、直肠粘膜炎症)、功能性腹泻、肠易激综合征等引起的腹泻应及早治疗。

贵州万顺堂药业生产的安场牌鞣酸苦参碱胶囊,质量标准起草单位,用于功能性腹泻、急慢性肠炎、肠易激总综合征引起的腹泻、拉肚子、有肠炎,请选用安场®鞣酸苦参碱胶囊,治肠炎止腹泻,老年少儿均可使用。长期腹泻患者应按疗程使用,巩固疗效。

电话:62041665 25.3元/盒,谨防假冒!

http://www.gzwsr.org

灰甲不灰心 治疗有方法
伊甲牌复方聚维酮碘搽剂治疗灰甲有信心

灰指(甲)是"甲癣"的俗称。是病原真菌引起的甲感染。患了灰指甲的患者在潮湿的环境和季节,不注意个人卫生或人为的使指甲表面纵横不断受异物侵蚀破坏,指甲愈加脆弱,更容易感染或复发。灰指甲变形、发黑(黄)让人难堪,更需及时治疗,避免传染健康指甲,或其它部位感染。灰指甲由于顽固难治,患者选药,请认准国家批准的正规产品。

您有灰指甲,请别灰心!请用国药准字药品伊甲牌复方聚维酮碘搽剂(国药准字H52020539),贵州万顺堂药业有限公司生产。用于甲癣、手癣、足癣、体癣、头癣、花斑癣,并发细菌感染也可使用。也用于痱、蚊虫叮咬、手足多汗症。对真菌、细菌等均有效,还能软化指甲角质层,渗透药物皮肤渗透。除搽小品于患甲,坚持使用至新甲长出。每天1-2次,简单又方便,坚持治疗有信心。

电话:62041665 56元/盒 规格:60ml/盒

http://www.gzwsr.com

本版块活动为公益活动,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。