

# 年末种牙好时节，一口好牙享口福

## 上海老年基金会新年专场爱牙活动 公益爱牙基金献礼缺牙老人

大雪过后，圣诞、元旦双节即将接踵而至，不少老人也开始安排起来年底的聚会。与新年的浓重气氛形成鲜明对比的，是缺牙老人的忧虑。牙口不好，吃饭不香，不能啃排骨也无法吃粘糯的冬至汤圆，聚餐又如何参加？其实，在年前抓紧时间修复缺牙，依然可以畅享口福。本周末，上海市老年基金会携手种植专家团，为缺牙老人带来即刻修复缺牙的新方式，更有种植专家免费答疑解惑及公益爱牙基金现场申领。

叶雪菲

### 老人缺牙烦恼多，饮食困难影响健康

在我国，老年人缺牙现象十分普遍，50岁以上老年人约有六成以上存在牙缺失问题，不能啃排骨也吃不了辣，营养也就跟不上了。其实，缺牙的危害远不止于此，留德种植硕士季爱萍指出：牙齿缺失，除了影响日常饮

食、破坏口腔环境外，还会提高肠胃疾病、慢性疾病的患病风险，给老人的发音、容貌甚至心理都带来一系列的问题。为了维系老人的身体健康，口腔专家建议老人缺牙时需及时修复。



### 种植专家团助阵新年爱牙专场活动 报名即享专家免费答疑及高额爱牙公益基金

本周末，上海市老年基金会新年爱牙专场活动特邀德国法兰克福种植硕士季爱萍、ICOI国际种植牙协会会员汪延乐领衔的种植硕士团，为缺牙老人详解“微、快、省”的缺牙处理方式。成功报名的读者还可以享免费个性化处理建议，最高1680元的爱牙公益基金。

活动时间：12月22日(周六)

- 1 种植专家团缺牙处理新方式解析
- 2 种植硕士团面对面答疑解惑
- 3 免费个性化缺牙处理建议
- 4 最高1680元的爱牙公益援助基金免费申领(仅用于缺牙处理援助，不得提现)

报名方式：

拨打上海市老年基金会工作室爱牙热线 021-62999939

本期特邀专家



**季爱萍**  
口腔主治医师  
美国牙医协会(ADA)会员  
德国法兰克福大学种植硕士研究生



**汪延乐**  
上海交通大学医学院硕士  
ICOI国际种植牙协会会员  
中华口腔医学会会员  
美国罗马林达大学口腔种植在职硕士  
德国法兰克福大学牙学院访问学者

### 如何快速恢复一口好牙？即拔即种让缺牙老人重享口福

随着口腔修复技术的不断发展，缺一、不损伤邻牙的种植牙成为缺牙者青睐的修复方式。种植牙不仅可以恢复牙齿的咀嚼功能，而且不管是结构还是美观效果都可媲美真牙，人工牙根的植入还能防治牙槽骨萎缩。但马上临近新年了，现在进行缺牙修复还能赶在年前恢复一口好牙么？

表示：新型缺牙处理方式选将微创技术引入到缺牙修复中，并通过种植导板巧妙计算人工牙根的植入深度和支撑点，不仅让即刻负重成为现实，更大大缩短了缺牙修复的时间和次数。对于牙槽骨骨量不足的缺牙老人，也可通过特殊力学设计，通过斜入式的种植方式减少人工牙根与牙槽骨的接触面，用更少的植体支撑更多的牙齿，当天种牙当天用。

ICOI国际种植牙协会会员汪延乐

### 冬季种牙好时节，聚餐进补两不误

那么，冬季种牙是否适宜呢？无论从西医的角度还是从中医养生的角度来说，初冬季节不仅是种牙的好时机，也是人们进补滋养身体的好时节。此时种牙可以让

牙槽骨及牙龈又快又好地恢复，还可为接下来进食、调养身体提供最大的保障。对于喜爱美食的老人来说，更是可以畅快享受美食和聚会带来的欢乐氛围。

# 全市征集30名静脉曲张患者

## 邀韩国专家金昌洙医疗团队12月23、24日与您面对面交流答疑

叶雪菲

【特邀专家介绍】

### 下肢静脉曲张如何精准诊疗

据悉，2000年金昌洙教授在韩国创办了亚洲第一家静脉曲张专科医院，目前已发展到11家连锁医院的规模，在这十几年里，静脉曲张的防治工作在韩国迅速发展，到如今已与世界水平相当。2014年金昌洙教授在接受媒体采访时说：“现在中国的静脉曲张治疗水平很像十多年前的韩国，处于发展中状态，离世界先进水平尚有差距。正因如此，我来到中国，希望让更多患者受益于先进的技术。”儒雅的金昌洙道出了他来华的理想。

在韩国和中国，许多外科医生做手术的时候是不看超声波的。没有超声波辅助下进行激光手术，容易发生医疗事故，在超声波引导下进行手术就不会发生这样的事情。所以，超声波引导

该视为微创手术的重要组成部分。

### 下肢静脉曲张治疗后复发的原因

造成下肢静脉曲张治疗后又复发的原因很简单，就是没有做对病源血管的根治治疗，就是没有去除病根。这主要是有两个原因：一是静脉曲张常常出现在小腿部位，而根源大部分在位于大腿部位的大隐静脉，要治愈就必须去除大腿部位有问题的血管。由于大隐静脉在外表是看不出来的，只有用血管超声波才能清楚地显示。所以如果只在小腿部位手术或注射硬化剂治疗，那是治标不治本，复发是一定的。二是小腿的小隐静脉位置深，病变不易被发现，加上常规手术体位难以触及，如果超声检查不能贯穿手术全程的话，很容易被遗漏，做不到

彻底清除，从而导致复发。利用血管超声波可以准确地找到静脉曲张患病的根源，在治疗过程中由血管超声波引导激光或射频准确的针对发病根源血管进行根治治疗，找到病根并有效清除就是微创治疗不复发的最主要原理。

### 交流咨询

新民健康特邀韩国专家金昌洙医疗团队于12月23、24日(周日、周一)来沪与您面对面交流咨询(限额30名)，凡静脉曲张患者都可以报名，有帮助需要的读者可拨打新民健康热线021-52920871，或发送短信“静脉曲张+姓名+联系方式”到17717640571报名。

金昌洙 教授

上海市涉外注册医师：护卫外医批字(2018)第270号；韩国国立庆尚大学医院胸外科主治医师，韩国成均馆大学医科大学江北三星医院教授，亚太血管学会副会长，韩国静脉学会常务理事、前会长。



权赫勉 教授

上海市涉外注册医师：护卫外医批字(2018)第238号；岭南大学医学院研究生院毕业，大韩胸心血管外科学会正会员，大韩静脉学会会员，大韩外科超学会会员，岭南大学医学院胸心血管外科外教授，大邱市中区医师会决策理事，金昌洙胸外科医院大部分院长，大韩胸心血管外科学会正会员。



# 多喝茶能控制血脂吗？

叶雪菲

血脂高是心脑血管疾病的潜在隐患。所以对经常吃油腻食物者以及中老年人来说，调节血脂非常重要。那么，是否可以通过茶饮控制血脂？上海中医药大学附属市中医医院急诊科卜建宏副主任医师表示，茶饮可以控制一定水平的血脂，对必须应用药物治疗的患者，茶饮不能替代药物。

入菜品食用。

但必须注意的是，中药代茶饮也是一种植物药材的手段，虽然普遍认为植物药材没有副作用，这是不正确的认识。卜建宏提醒，只要是药材多多少少都会有一点不良反应。因此长时间应用中草药茶饮，在一定时间后，也是要查查血常规、肝肾功能的。

同时，应用中草药茶饮配伍时，要根据季节、各人情况的不同进行配伍。同时，外面常用的何首乌要区分生首乌与制首乌，不推荐生首乌，因为有毒性，导致很多患者肝脏损伤。制首乌单用或是配伍应用一段时间也要注意查查肝功能。

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。

# “肩膀痛≠肩周炎”

## ——上海新华医院“肩痛学校”开课

叶雪菲

在骨科门诊经常遇到这样的肩痛患者，他们被当作“肩周炎”辗转于针灸科、疼痛科、理疗科，拔过火罐，打过针灸、做过理疗，肩痛症状就是不见好转。“为什么我的肩膀那么僵硬，连提裤子，梳头的动作都不能完成？”“为什么我的肩膀那么痛，晚上经常会痛醒？”“为什么我手臂举不起来，没有力气？”

肩膀痛经常被误认为得了“肩周炎”。随着肩关节外科和关节镜技术的快速发展，肩关节外科医生发现：绝大部分肩膀痛不是肩周炎！而是由“肩袖损伤、肩峰撞击症、肩关节不稳、钙化性肌腱炎、肱二头肌长头肌腱炎，肩关节骨性关节炎……”等十余种疾病引起，每一种病都有不同的治疗手段，有不同的运动康复方法和禁忌动作。因肩膀痛被误诊为“肩周炎”误诊误治、盲

目锻炼，导致病情恶化的现象非常普遍。肩周炎只占肩痛的很小比例，不到5%。我们意识到对患者进行肩痛的科普教育刻不容缓。

为了促进全民健身运动，普及肩痛知识，上海新华医院骨科成立“肩痛学校”，定期举办免费的集中授课，进行科普知识讲座，使广大的肩痛患者对病情能得到及时的正确了解。12月25日(星期二)下午13:00，上海新华医院(控江路1665号，地铁8号线江浦路站)骨科在院内科教楼一楼演讲厅，开讲肩痛的知识，向广大患者介绍肩痛的自我诊断、鉴别、康复方法，对不同的肩痛应采取哪些正确的治疗手段。由新华医院骨科的肩关节外科专家主讲。讲座之后将赠送《肩痛的自我诊治》手册，现场将有多位肩关节外科专家为广大患者进行现场咨询，欢迎患者和家属携带相关病历和影像资料前往参加。