

吃饭咬不动，消化不好抵抗力也差 看上去老了10岁怎么办？

作为消化系统的重要关口，如何拥有健康口腔，提高你的生活质量和免疫力呢？

缺牙不干预 拖出大问题

60岁以后的人群，比的往往不再是职位和收入，而是和睦的家庭和硬朗的身体。健康，无疑是衡量一个家庭幸福指数的重要标准。其中，口腔健康关乎着老年人的全身健康。为什么有的老年人吃嘛嘛香，精气神特别好；有的则面容

苍老，体虚多病。这往往是口腔问题引起的，牙周病和龋病是引起老年人牙齿缺失的主要原因。长期缺牙不去干预，会严重影响咀嚼功能，吃下去的食物无法消化吸收，增加胃肠道负担，大大影响老年人的身心健康和生活质量。

牙口不好 老年社交成障碍

年轻人喜欢交朋友，退休后的老年人更注重社交圈。你可能想不到，牙齿不好，竟成了老年朋友的一道“社交屏障”。今年64岁的张先生就遇到了这样的困扰，张先生是一位受人尊敬的人民教师，退休后也继续在老年大学发光发热。他老伴走的早，子女相继成家后，也希望父亲可以找到自己的另一半。然而，在社区组织的一些老年交友活动上，学富五车，条件也不错张先生却屡屡受挫，他怎么都想不到，问题竟出现在自己的牙齿上。原来，张先生因长期缺牙又不补，导致面容凹陷，看上去比实际年龄老了十多

岁，说话自然也不及同龄人精神。资深口腔专家黎强医生指出：“我国65~74岁年龄组牙齿缺失检出率为81.7%，对牙齿缺失放任不管是对自己的不负责任，长期牙齿缺失会导致缺牙两侧的牙向中间倾斜，对颌牙齿伸长，咬合功能受影响；不良的咬合还会导致牙周损害，增加剩余牙齿的负担。长此以往，造成的不仅是外貌上的憔悴显老，更会引发消化系统疾病、颌面关节损伤、发音不清等问题。拥有健康的口腔，也更帮助我们更好地与他人沟通交流，展示老年风采和自信。”

不是所有人都能修复 切忌盲目选择

资深口腔专家高振华医生强调：“并不是所有人都能接受牙齿修复治疗的。若患有血液病、心脑血管疾病、糖尿病等慢性病等，或有恶性肿瘤及放射治疗等情况，都是存在高治疗风险的，切忌盲目投医。”

为了应对这个难题，专业的口腔机构应该采用更为先进的监护式牙齿修复模式。治疗前应当对患者的血压、血糖、血氧饱和度等进行

监测、评估，符合治疗指征方可进行。修复后应当采取严格的监护措施，留观至少1个小时，确保不发生异常情况。

高医生呼吁，只有老年人充分认识到自己的口腔问题及其重要性，并积极行动起来，才能提高综合生活质量。同时，一定要选择专业的机构及口腔专家进行牙齿修复，确保治疗安全和效果才是关键。

>> 特邀嘉宾



黎强

知名口腔医生集团创始人
知名口腔集团董事长、总裁
集团疑难种植总监
知名口腔联合创始人
中欧国际工商学院 EMBA
葡萄牙里斯本大学公共卫生管理理学博士
德国法兰克福歌德大学种植硕士
美国加州大学洛杉矶分校种植硕士
IACD 国际当代牙医师协会院士

擅长项目：即刻种植、疑难种植、VIIV 穿颧穿翼种植，局麻下改良颌外颧骨种植。



高振华

知名口腔医生集团医疗执行总裁
副主任医师
集团学术委员会主席
集团首席疑难种植专家
德国法兰克福大学种植硕士
亚太口腔种植协会理事 / 教官
中国健康促进会种植专委会委员
VIIV 穿颧穿翼大师班创始人 / 导师

擅长项目：即刻种植、复杂种植、疑难种植、VIIV 穿颧种植、局麻下改良颌外颧骨种植

“9.20 全国爱牙日” 全市招募缺牙、戴假牙患者 中老年口腔修复专家团为您免费在线服务

为了提升全民口腔健康意识，切实帮助更多中老年人摆脱缺牙、松牙等困扰。新民健康联合沪上知名口腔科修复专家团队为您在线解惑缺牙、松牙、牙齿修复等问题。

※ 爱牙福利

1. 为牙齿多颗缺失、松牙、疑难牙病患者，在线提供口腔健康建议；
2. 免费领取“9.20 全国爱牙日”限定护牙礼包 1 份（牙刷、牙膏、牙线、漱口水）。

本项活动与公益活动，不得参加者服务或其他商品，相关信息仅供参考。

新民健康咨询热线：021-
52921615

(工作日时间：10:00-17:00)

或编辑短信“缺牙+姓名+联系方式”
发送至：18017526713

※ 数量有限，赠完即止

接种新冠疫苗 保护自己 保护家人



中宣部宣教局 国家卫生健康委员会宣传司 中国疾病预防控制中心 中国健康教育中心

