

种花、撸猫、喝茶……幸福指数曾达人生巅峰！ 却因全口缺牙不愿交际，食不知味！ 种植牙资深专家：对付缺牙有“奇招”



王申

副主任医师，上海交大医学硕士，知名口腔院长，2003至2013年在第九人民医院口腔种植科任职，专业从事种植工作10余年。上海口腔医学会口腔种植专业委员会委员，曾赴瑞士、美国等国家深造。擅长无痛微创种植、即刻种植、All-on-4种植技术等。

发福利！领爱牙月实惠礼包 院长级别、知名种植专家一站式解答

种植牙资深专家团队为缺牙者科普“少疼痛、更稳固”的牙修复新理念。如果您有牙松动/缺失、半口/全口牙缺失、骨量不足、烤瓷牙失败等情况，均能报名参加，不要错过良机！

报名到场即享四大福利

1. 种植牙大咖专家面对面云交流答疑指导
2. 高难度缺牙、多颗缺牙等处理个性化建议
3. 免费领取爱牙礼包(含牙刷、牙线、牙膏、大米)
4. 赠送活动假牙清洁片

活动时间：限前50位报名者，额满为止！

爱牙热线：021-62476396

或编辑短信“牙齿+姓名+联系方式”
发送至 13391158170

科技让缺牙患者从“齿”完整

随着医疗技术的不断升级，给缺牙患者带来多样化、舒适化的方案选择。只要符合条件即便是多颗缺牙、半口/全口无牙等缺牙难题也能迎刃而解。

并非所有的缺牙修复方式都是“一个萝卜一个坑”，某些情况下，半口缺牙可在关键几个位点处理缺牙，就可实现半口牙齿的功能。修复缺牙尽享晚年口福，能吃能喝、能笑能乐，这才是“人类高质量生活”。

健康小百科

知己知彼！改善反流性食管炎！

食管是连接口腔与胃之间的通道。人体要摄入食物，而食管是食物进入人体的唯一路径。为什么会引起反流性食管炎呢？究其原因，主要是因为胃、十二指肠内容物反流入食管而引起的食管炎症性病变。它也称为胃食管反流病，是一种常见的消化道疾病。反流性食管炎在任何年龄段都可见，在人群中的发病率大约在10%，但随着年龄的增长发病率也越高。研究发现，中老年人、肥胖者、吸烟者、饮酒者及精神压力过大者都是该病的高发人群。

反流性食管炎的主要病因是食管三大屏障被破坏。第一道屏障为下食管括约肌，它位

于食管与胃交界处之上大约3-5公分处。它与胃形成一个压力区，即压力低的地方不能到压力高的地方。在临床中，如激素、食物、药物等，可致使食管下括约肌压力相对降低，从而导致胃食管反流。此外，一过性的食管下括约肌松弛，也可引起胃食管反流；第二道屏障为酸廓清功能，它是通过食管蠕动，以及唾液来实现的。如果发生反流，食管会继发性蠕动，把反流物全部清除出去，唾液的作用则是中和酸性物质，将食管内残留物缓慢中和。若食管蠕动和唾液产生的机制异常，就会导致胃食管反流；第三道屏障为黏膜屏障，食

管内黏膜有再生修复能力，如果这个能力下降了，反流会引起黏膜的破坏，食管将遭到直接损伤。

胸骨下灼烧感和胃内容物反流是反流性食管炎的主要症状。常在屈曲、弯腰、咳嗽、用力排便或仰卧等姿势时诱发。也可在饱餐或饮酒、咖啡、果汁等情况下诱发，会引起口酸或口苦感。食管炎症会造成局限性痉挛，可有间歇性咽下困难和呕吐等表现，后期会因纤维瘢痕所致的狭窄，出现持续性吞咽困难和呕吐，但反流和烧灼感有所减轻。有些患者胸骨后或心窝部会发生隐痛，重者可剧烈刺痛，放射到后背、胸、肩部，类似心绞痛。有研究显示，在非心源性胸痛受检者中16.9%为反流性食管炎引起。还有少数患者会出现咳嗽、喘气等呼吸道症状。

反流性食管炎不似急症能快速治愈，需要长期调养。坚持药物治疗，并做到以下几点，治愈它就会更近一步。

首先，注意饮食是基础。少量多餐、低脂饮食，可减少进食后反流发生的频率，相反，高脂肪饮食可促进小肠黏膜释放胆囊收缩素，易导致胃内容物返流；其次，控制体重很必要。因为过度肥胖者腹腔压力增高，可促进胃液反流，特别是平卧位尤甚，故应积极减轻体重，以改善反流症状；然后，改善睡姿能缓解。晚上睡眠时可将头侧的床腿垫高15~20厘米，对减轻夜间反流情况是一个行之有效的好办法；最后，刺激食物不要食。改善生活方式，戒烟戒酒，因为烟草中的尼古丁可加重反流，而乙醇能刺激胃酸分泌，致使反流症状无法缓解。(孙黎)

本版活动为公益活动，不参加者推荐医疗服务或者其他商品，相关信息仅供参考。



中宣部宣教局 中国文明网