

# 缺牙松牙修复后 正常饮食 中老年口腔修复有新招

## 松牙残根尽早修复能保留 不拔牙不种牙 不遭罪

### 牙痛难忍

#### 老人疫情期间暴瘦十斤

“之前居家的日子太难熬了。尤其是吃饭时，松牙、烂牙在嘴里，稍微不注意真是钻心的痛。煮烂的蔬菜还能凑合嚼嚼，其他稍微硬点的东西完全不能碰，每天吃的东西少得可怜。”说起松牙的苦日子，家住徐汇的李叔叔记忆深刻。

年初李叔叔就因为松牙、缺牙去过多家医院咨询。医生都是建议把松牙、残牙全拔掉镶上假牙。拔牙后需恢复3-6个月，才能镶牙，一来一去接近一年的时间，李叔叔怕疼，又怕麻烦，索性放弃了，继续熬着。

“拖着吧，反正只是牙齿问题，又不是大病，等几年全掉了装个满嘴假牙。”这是李叔叔最初的想法。

#### 牙齿松动会“传染” 久拖不治风险大

中老年专科口腔修复专家申贝

### 无挂钩 不拔牙

## 松牙能固定 残根再利用 缺牙能修复

贝提醒中老年缺牙松牙患者：“松牙不能拖着不治，不能有‘老掉牙’的传统思维，健康好牙应是伴随人的一生的。牙齿松动的根源是牙周病，牙周病细菌不断繁殖侵蚀造成牙龈萎缩、牙槽骨吸收，从一颗病牙快速发展到整口，仅靠简单的日常清洁是无法抑制牙周病的。”

有牙周病者，牙周细菌等毒性产物会进入血流，引起和加剧动脉



硬化以及血栓形成，临床证实牙周病是感染性心内膜炎、冠心病和脑中风发生的危险因素之一。

像李叔叔这样的中老年人本身体质较弱，如不能正常饮食补充营养，那么身体免疫力将会进一步下降。

#### 食物的口感 只有真牙才能尝出来

真牙上有牙周膜，吃饭时可以

感知食物的软硬和味道，“食之有味”是真牙才能做到的；多保一颗真牙，就能多增加1倍咀嚼力，就算嘴里有缺牙需要镶假牙，在有真牙作支持的情况下，假牙的使用寿命也能增加，且更牢固。

#### 治疗缺牙松牙

##### 关键是选对修复方式

并不是所有的叔叔阿姨都能接受拔牙治疗，糖尿病、心脏病等慢性疾病都属于拔牙禁忌症，不能轻易拔牙。

“如果用拔牙来做口腔治疗，拔牙后牙槽骨失去了生理刺激，会加速牙床老化。拔了牙还要等3-6个月恢复，这段时间怎么吃饭？一两颗问题不大，如果多颗松牙全拔掉，中老年人难以承受，危险性极大。”申贝贝医生建议道，“只要符合条件，现代口腔修复技术完全可以保留松牙、残根不拔，补全缺牙修复牙齿。”

#### 残牙松牙不用拔 旧地也能起“新楼”

很多松牙患者采用旧式假牙修复方式，利用钢丝依托健康真牙来固定假牙，对余留真牙的要求高。

“无挂钩覆盖义齿”是不依靠挂钩做固定，多颗松牙均可固定的新式修复方法。变拔为固，利用内冠包裹保护住基牙，不再受牙周炎细菌侵蚀。外冠可覆盖多颗牙齿，分散咬合力，利用夹板原理保住松牙。如有残牙根，也能实现保残根的目的。

“随着现代医学的快速发展，2-3度松牙完全可以修复牢固，能感知自己牙齿松动的中老年人松动程度大多数都处于这一范围内。”中老年口腔专科医生崔志明提醒：“已有缺牙松牙的中老年人，务必要尽早到专业的中老年口腔专科检测松动度，及早就医才可实现保真牙、有口福的幸福晚年生活。”

## 固定松牙残根 变废为宝 专家科普保牙新思路 仅限50岁以上中老年松牙、残根、缺牙患者报名

为让更多中老年人尽早摆脱缺牙、松牙困扰，新民健康特联合沪上资深中老年口腔专科专家组成专家团队，开启“松牙保卫战”口腔修复在线科普活动，专为50岁以上中老年人提供专业全面的口腔健康咨询。

活动时间:6月10日—13日(全天)

新民健康咨询热线  
021-52921706

或编辑短信“姓名+联系方式”  
发送至19901633803参与报名!

本活动由新民健康主办，不同年龄段提供不同服务内容。 (每次活动名额限50名) 报名以电话为准。

#### ■报名成功:

1. 专家在线科普“无挂钩、保松牙”新理念
2. 国内知名中老年口腔专家亲临，免费咨询答疑
3. 有机会获赠中老年专用口腔护理套装 (含价值60元中老年专用牙膏2支)

### ■资深中老年口腔专科医师介绍

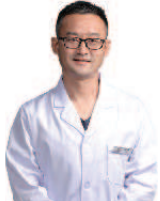


申贝贝 中老年口腔专科 主任

中华口腔医学会会员  
知名口腔集团种植委员会成员  
知名口腔集团附着体技术委员会成员  
ITI国际口腔种植学会会员  
韩国Dentium种植系统特训医师

擅长:中老年口腔修复,复杂根管

治疗、牙体牙髓治疗、高难度种植修复、冠桥/芬立桥修复等。专注精密附着体及套筒冠修复,曾于九院进修,对精密附着体修复和种植牙修复具有丰富的临床经验和精湛的技术水平。



崔志明 中老年口腔专科 主任

中华口腔医学会会员  
ITI国际口腔种植学会会员  
韩国Dentium种植系统特训医师  
知名口腔集团种植委员会专家组成员  
知名口腔集团附着体技术委员会专家组成员

擅长:中老年无牙颌修复、精密覆盖义齿、牙周治疗,松动牙治疗等,拥有良好的口腔综合诊疗能力。毕业后在国内知名公立三甲医院任职,近20年临床经验已积累千余例复杂修复案例。



# 保持社交安全距离

遵守“一米线”，在排队、付款、交谈、运动、参观时，保持1米以上社交距离。

中宣部宣教局、国家卫生健康委宣传司 指导  
中国健康教育中心 制作

# 接种新冠疫苗 利己利家利国



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