

有三高、身体不好、缺牙数量多? 如何更好恢复咀嚼力? 8月16日,知名口腔种植大咖魏兵在线云开讲 科普高疑难度缺牙修复新理念

随着年龄的增长,人的身体各方面会有所下降,健康也受到影响。尤其是老人,高血压、高血糖、高血脂这“三高”很容易出现。并且,牙齿问题如缺牙、残根残冠多、牙齿松动也非常常见。

对于大部分老年缺牙者来说,缺牙修复的首要目的是尽可能快地恢复咀嚼功能。那么,如果身体不好,有心血管等全身性疾病,会影响缺牙修复吗?哪种修复方式可以更好地恢复咀嚼功能呢?

恢复一口好牙 选对修复方式是关键

知名口腔专家魏兵指出:“我们的恒牙有独立的牙根和健康的牙槽骨支撑才能承受巨大的咀嚼力。因此,模拟天然牙的这个特征,想要更好地恢

复咀嚼力就需要选择固位力强、稳定性强、有支撑的修复方式。选对修复方式,‘吃嘛嘛香,身体倍儿棒’的美好愿望并不难实现。”

有牙根的修复方式受追捧 让高难度缺牙修复变简单

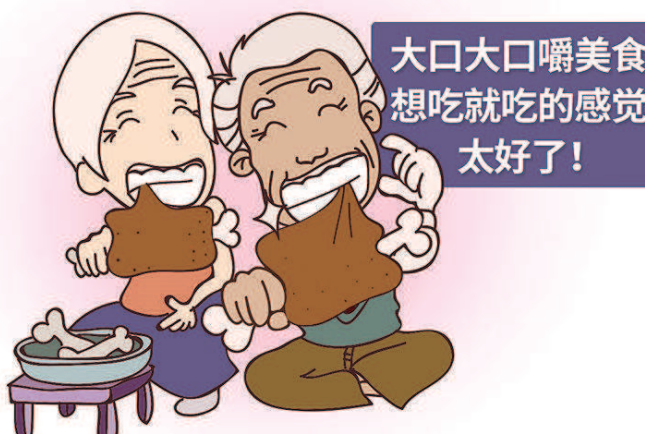
魏兵表示,对于身体不好、有三高、牙齿骨量极少的老年人群,想要通过传统的修复方式来恢复较好的咀嚼功能,难度非常大,患者也比较遭罪,没有个大半年时间是不可能完成的,并且费用也更高。

现在的修复越来越精细化、微创化,高难度缺牙案例也变得简单。不仅可以有独立的人工牙根,而且全程借助高科技,即便有“三高”,只要符合条件,高龄、口腔状况差的老人也能享受自由咀嚼的生活。

新民健康报咨询热线 021-52921992

或编辑短信“爱牙+姓名+联系方式”
发送至:13331917156

本报快活动为公益活动,不参加者推荐医疗服务或其他商品,相关信息仅供参考。



口腔疑难种植专家团 在线科普高疑难度缺牙修复新理念

8月16日,针对沪上缺牙朋友的修复难题,新民健康特邀沪上知名口腔机构带来一场面对面的云讲堂活动,多档电视节目特邀口腔专家、院长级专家组成种植专家团,科普疑难缺牙修复新理念,对症解答缺牙多、缺牙久、牙槽骨薄、有全身性疾病的种牙难题。30个“免费专家宣教”号限时抢约,先到先得。

讲座时间:8月16日 13:30

■电话报名享以下福利

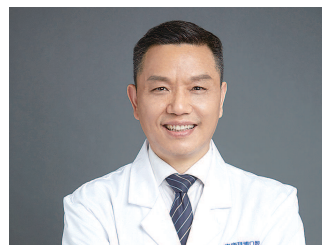
- ①免费参加口腔保健指导云课堂,一对一咨询
- ②开通大咖绿色通道,免费制定口腔保健方案
- ③特邀明星口腔专家面对面云宣教答疑
- ④为牙齿缺失多、半口或全口缺牙者,提供进一步健康指导方案

■特邀嘉宾



魏兵

知名齿科疑难种植总监
口腔健康管理专家
美国罗马琳达大学种植临床硕士
ICOI国际种植专科医师协会会员
中华口腔医学会会员
多档电视节目特邀口腔专家
毕业于中国医科大学



谢家敏

博士、主任医师、研究生导师、副教授
知名口腔疑难种植总监
上海口腔质控专家
Nobel青年讲师、Straumann特邀讲师
Nobel首批全数字化种植认证医师

心衰患者,如何做好自我保健

——看看上海远大心胸医院孙宝贵教授怎么说

年近三十的赵经理,是一家快递公司部门负责人,平时业务非常繁忙,原本他以为只是得了感冒,却没想到患上了病毒性心肌炎合并心衰,经过医生的全力抢救,才转危为安。

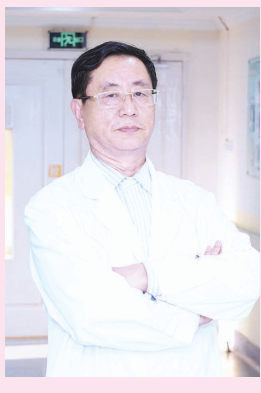
上海远大心胸医院孙宝贵教授指出,心衰不是老年人的“专利”,近年来有年轻化的趋势。夏季感冒等呼吸道疾病也可成为引发心衰的“罪魁祸首”。

据孙宝贵教授介绍,像赵经理这样的患者近年来已经出现多例,以加班熬夜的年轻白领或过度疲劳的学生为主。这是因为感冒病毒尤其是柯萨奇B族病毒对心脏有亲和力,在呼吸道感染时容易进入心肌。除此之外,病毒直接损伤心肌或通过免疫反应破坏心肌也会引起心肌炎。心肌炎后心脏收缩造成心脏射血减少,不能满足全身组织脏器的供血需要,就会出现急性心衰。更何况有严重心律失常的人,也会加重和诱发心衰。另外,有部分基因易感人群,感冒迁延不愈后,可造成慢性心肌炎或扩张型心肌病,最终导致心衰。在中老年群体中,已有心血管疾病的人群更要预防感冒,感冒加重后造成的呼吸道和肺部感染,可能会诱发心衰等更严重的问题。

心衰有何信号

心衰被称为“生命的绊脚石”,其发病率在我国逐年上升,不但给

■专家简介



孙宝贵

主任医师、教授、国务院政府津贴享受者。曾任中华医学会心血管病分会、中华医学会电生理与起搏学会等12家国内学会的委员、常委、副主任委员或主任委员。承担和参加各种科研项目18项,共获省市级科研成果奖9项,国家专利5项(3项获上海市优秀发明专利奖)。

擅长冠心病、心肌病、心力衰竭、心律失常等疾病的诊断和治疗,尤其在心脏起搏、心脏电生理和射频消融术,以及PCI等介入性心脏病治疗手段方面有特殊专长。

患者带来身体上的痛苦,而且造成沉重的经济、心理负担,严重者危及生命。

孙宝贵教授介绍,心脏就像我们身体的一台水泵,把全身的血液抽上来,然后再泵向全身。而一旦水泵出现问题,血液抽不上来或者泵不出去,就会导致人体组织器官出现缺血或者淤血,从而引起疲乏无力、下肢水肿、尿少、胸闷气短、咳嗽、食欲不振、恶心呕吐,甚至头晕等各种表现。

据悉,心衰不仅严重影响生活质量,还会影响寿命。有数据显示,大约20%的心衰患者,确诊后一年内就会死亡,约有50%心衰患者在诊断5年后死亡,生存率低于多种癌症疾病。

心衰分为急性心衰和慢性心衰

孙宝贵教授说,按照发病速度划分,心衰可以分为急性心衰和慢性心衰,急性心衰大都是因为心脏功能失代偿突然出现,比如急性心梗、感染性心内膜炎、血压急剧升

高等,它发病是很急的。慢性心衰则是在高血压心脏病、风湿性心脏病、心肌病和冠心病等各种心脏病长期影响下所引发的一种疾病,虽然发病比较缓慢,但在临床上比急性心衰更常见一些,所以慢性心衰的防治与我们心脏病患者的生活更为紧密。

心衰患者更要做好自我保健

心衰确实是非常严重的疾病,孙宝贵教授说,有心衰的病人也不要惊慌,患者一旦确诊,一定要在医生的指导下按时服药控制病情,如果能够处理得当,完全可以提高生活质量和生存率。但也有些病人在短期内感觉不出疗效,容易放弃正规治疗,擅自停药,导致病情越来越重,只好再次住院治疗,等症状稍许改善了,就要求出院。此时的治疗阶段是重要时期,患者千万不能半途而废,不能因住院期间病情改善而放松警惕。因此,心衰患者应系统治疗,不能错过最佳时期。

要想控制病情进展,患者还需做好自我疾病管理。特别是在高温季节,更要注意自我保健:

1. 适量饮水。高温季节,人体出汗明显增多,导致血液浓缩,血液黏稠度增大,机体血液流速减慢,从而使机体组织获得的氧气和营养物质相对减少。由于心、脑等重要脏器缺血、缺氧,部分患者就表现为头昏脑涨、四肢麻木、胸闷

气短。饮水既可及时补充出汗丢失的水分,又能稀释血液,降低血液黏稠度,减轻心脏负荷,同时也可预防脑血栓的形成。

2. 科学使用空调。使用空调要科学合理,一般室内和室外温差不要太大,夜里睡觉以26℃为好,同时特别应注意避免刚从炎热的室外回来后,就对着空调机的冷风长时间直吹,这样最易使人体血管调节功能紊乱,导致心脑血管患者发生意外。

3. 适当调整药物。夏季出汗较多,电解质大量丢失,因此使用利尿降压药极易发生低血钾,最好尽量避免使用此类药物或使用补钾。另外,由于受炎热气候的影响,老年人往往睡眠质量欠佳,导致夜间血压升高而加重心脑血管的负担。大部分患者在深夜突然发病,所以要注意提高睡眠质量,必要时加服一些安眠药。

4. 锻炼不宜过度。众所周知,运动可以帮助防治高血压和心脏病,但最新研究表明,锻炼也会过犹不及,可能加速心衰。美国南达科他大学的丽贝卡·舒尔茨博士及其同事在《高血压》杂志上公布了这项实验结果。他们在实验中发现,经常蹬踩转轮的老鼠有运动过度的倾向,一段时间之后,这些老鼠的心脏会出现异常,泵血功能减弱;同运动少的老鼠相比,已患有高血压的老鼠心衰速度明显加快。(文/尹学兵)