65岁阿姨多年饱受头痛、失眠困扰,口腔医生揪出"元凶"!

"缺一牙"而动全身,缺牙修复千万不可怕疼、怕麻烦!

年纪大了牙齿自然会掉,缺一两颗很正常,没必要花时间和金钱来处理……可是,事实真的是这样吗?

面对高血压、糖尿病这些疾病,中老年朋友们尚且还能多加关注。但"牙疼、缺牙"这样的"小病小痛",很多勤俭的中老年朋友往往遵循传统的"人老牙掉"想法,默默承受着牙痛或残缺的咀嚼功能。面对几孙时,往往都隐藏自己的健康状况,从来不提自己的病痛。

沪上知名疑难口腔修复专家魏兵医生提醒道,家中有老人,一定要多留意他们的口腔健康,因为牙齿缺失的危害远比想象中要厉害得多!

多年头痛、脸歪 背后原因令人咋舌!

65岁的王阿姨牙口一直不好,四十多岁下磨牙就因为严重蛀牙拔除了,由于怕麻烦,王阿姨一直没有去把空缺"填补",导致邻牙逐渐倾斜,上牙下伸,口腔咬合关系紊乱。

王阿姨一开始也没有重视,平时吃饭也就只用另一侧牙咬。没想到近几年脸型开始歪斜,而且经常头疼,整晚睡不着觉,长期以往实在受不了才去了医院。一查才发现,头疼是颞下颌关节发炎导致的,而这一切的源头就是缺牙一直没有修复惹的祸。

老掉牙不重视,后果很严重!

其实像王阿姨这样的案例还有很多,不少中老年人在牙齿松动、牙根暴露之后,依然选择能拖就拖。但看似很寻常的"老掉牙",如果不及时处理,久而久之会出现牙龈萎缩、牙槽骨吸收等不可逆的口腔问题,将来无论选择哪种修复方式都会更加困难,且花费更多时间与金钱。

尤其中老年人的口腔情况比较特殊,缺牙时间长、牙槽骨条件较差、牙周炎比较常见,年纪大的还有"三高"等身体状况。而且,中老年人如果选择手术修复缺牙,不是简单的镶牙补牙,那就需要一个适合中老年人的舒适化流程和严谨科学的治疗方案。

养一口好牙,唤回你的精气神

牙齿缺失的朋友,每到会亲访友时都要犯难:牙齿没有了,咀嚼困难,不仅无法好好享受美食,而且面部凹陷、显老,在众亲友面前没了自信。因此,拥有一口好牙,是不少缺牙患者的渴望。

以往总是担心假牙不贴合、好牙被磨损等诸多问题,如今多样化的医学手段已经能够实现高效修复缺牙。口腔医学发展快速,目前有"牙根"的修复已然成为缺牙新选择,术前做好详细的检查以及制定精确的方案,满足条件就可以恢复好口福。

借助现代科技可以有效提高修复效率和效果,缺牙修复正变得越来越精细化、微创化,以前人人无法摆脱的"老掉牙"现象,以后也将越来越少,晚年拥有一口能咬能嚼的好牙将逐渐常态化。

严谨科学的方案、全方位的流程、专业的修复团队
让缺牙者更安心

吃饭能嚼、嚼得有劲、吃出香味,才是实现缺牙市民愿望的根本目标!新民健康将特邀魏兵领衔的疑难口腔专家团队对"有牙根"的修复理念,和市民朋友们进行云交流和讨论,致力于让缺牙市民了解如何重获好口福!

如果您有长期缺牙、牙齿松动、无法正常饮食等困扰,对日常生活已经造成很大影响,特别想改善自己的口腔状况,不妨报名参与本次专家限时活动。

活动时间:即日起-5月23日(周二)

■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国际种植专科医师学会会员
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

■报名对象

1、缺牙时间长、缺牙数量多、牙床严重萎缩者;
2、长期活动假牙配戴不适,想改善咀嚼者;
3、牙周脓肿、牙齿龋坏有残根残冠者;
4、高龄、严重牙周疾病,有慢性身体疾病者;
5、其他口腔疑难杂症。

■活动亮点

①免费参加口腔保健指导在线咨询
②疑难种植专家团队面对面云宣教答疑
③开通大咖绿色通道,免费制定口腔保健方案
④为牙齿缺失多、半口或全口缺牙者,提供进一步健康指导

新民健康报名咨询热线021-
52921992
或编辑短信"爱牙+姓名+联系方式"
发送至:
13331917156

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。

早防早治 服务支撑
关爱阿尔茨海默症患者

"他忘记了全世界,却没有忘记爱你。"说起阿尔茨海默症,很多人对它的印象可能更多来自于影视作品的描写。无论是几年前的《困在时间里的父亲》,还是上周于母亲节上映的《百花》,众多影视作品都让观众对阿尔茨海默症病人的悲怆产生了共情。

但情感只是主题的包装,悲怆之下是残酷的事实,阿尔茨海默症就像一块"记忆的橡皮檫",渐渐地擦去患者的记忆。当记忆逐渐流失,患者的时空也在错乱。由于神经退行性病变导致患者在意识清醒的状态下出现进行性恶化的智能减退,阿尔茨海默症患者会表现出记忆力、计算能力、判断力、注意力、语言能力减退,情感和行为障碍,独立生活和工作能力的消失。

随着全球人口的老龄化,近年来,阿尔茨海默症的发病率呈明显上升趋势。近2年的"世界阿尔茨海默症月"宣传主题都为:"知彼知己,早防早治"(Know Dementia,Know Alzheimer's)。旨在让人们进一步认知阿尔茨海默症,早诊断、早治疗,早期防治、延缓痴呆发生;同时呼吁补齐养老服务短板,为阿尔茨海默症患者的照护提供专业的服务支撑,提升老年人生活质量,减轻家庭和社会的负担。

阿尔茨海默症该如何干预?

根据2022年《中国阿尔茨海默症知晓与需求现状调查报告》显示,我国阿尔茨海默症的人群总知晓率超过九成,但主动就诊率仅有一成多。

那阿尔茨海默症早期症状有哪些?又该如何进行干预呢?根据这些问题,国家卫健委于2019年编写了《阿尔茨海默症预防与干预核心信息》,给出多项建议。

知晓阿尔茨海默症早期迹象。包括:很快忘掉刚刚发生的事情;完成原本熟悉的事务变得困难;对所处的时间、地点判断混乱;说话、书写困难;变得不爱社交,对原来的爱好失去兴趣;性格或行为出现变化等等。

形成健康生活方式。培养运动习惯和兴趣爱好,健康饮食,戒烟限酒,多学习,多用脑,多参加社交活动,保持乐观的心态,避免与社会隔离。

降低患病风险。中年肥胖、高血压、糖尿病、卒中、抑郁症、听力损失、有痴呆症家族史者,应当控制体重,矫正听力,保持健康血压、胆固醇和血糖水平。

及时就医。老年人若出现阿尔茨海默症早期迹象,家人应当及时陪同到综合医院的老年病科、神经内科、精神/心理科、记忆门诊或精神卫生专科医院就诊。

积极治疗。药物治疗和非药物治疗可以帮助患者改善认知功能,减少并发症,提高生活质量,减轻照护人员负担。可在专业人员指导下,开展感官刺激、身体和智能锻炼、音乐疗法、环境疗法等非药物治疗。

如何照顾阿尔茨海默症患者?

另根据《2022中国阿尔茨海默症与相关认知障碍公众防治知识调研报告》(以下称《报告》),中国60岁及以上的认知障碍患者达1507万,其中阿尔茨海默症患者接近1000万。

由于大多数阿尔茨海默症患者丧失生活自理能力,因此需要大量的护理工作。根据《报告》,现阶段对于患者的照料以居家照护为主。照料者在照护上除了常规的衣食起居,也要考虑到患者的心理需求。比如:

做好家庭照护。掌握沟通技巧、照护技能、不良情绪的调适方法;生活中协助而不包办,有助于维持患者现有功能;为患者提供安全的生活环境,佩戴防走失设备,预防伤害。

维护患者的尊严与基本权利。注重情感支持,不伤其自尊心,沟通时态度和蔼,不轻易否定其要求。尊重患者,在保障安全的前提下,尽可能给予患者自主自由。

只是随着病情的加重,患者出现的各种精神或行为症状中,给照护人员带来了较大负担和压力。根据《报告》,患者主要表现在情绪不稳定、爱生气、夜间不睡觉,总是闹腾、妄想等行为。家庭照护群体也因此面临着长期经济压力、情绪困扰、身体健康等问题。

针对这些困难,不少家庭选择将患者安置在专业养老机构。根据《报告》中的调研,家庭对于选择入住养老机构的接受程度在不断提升。尤其是随着一些创新型专业养老机构的成立,为患者的细致照护提供了更专业的服务支撑,除了日常护理和医疗保健。针对病情较重的患者,还会配备专业的医护人员,提供全面的康复、心理支持、营养餐等服务,帮助老人缓解病情,提高生活质量。

当然,无论选择哪种机构,都应以老人的实际情况为主要考虑因素,对机构的设施、服务质量等方面进行综合评估和比较,选择更适合老人的方案。同时也建议家属定期关注老人的生活情况,提供必要的支持和关爱。

关注向阳院长者公寓
了解更多
专业阿尔茨海默症照护

可拨打电话预约向阳院长者公寓
阿尔茨海默症护理开放日
021-54979988
预约地址:上海市-徐汇区-柳州路374弄12号
预约开放日:周五下午13:00—14:00/14:30—15:30

●国内邮发代号3-5/国外发行代号D694/全国各地邮局均可订阅/广告经营许可证号:3100020050030/社址:上海市威海路755号/邮编:200041/总机:021-22899999转各部
●本报印刷:上海报业集团印务中心等,在国内外6个印点同时开印/上海灵石、上海龙吴、上海界龙/北京、香港、美国洛杉矶
●本报在21个国家地区发行海外版/美国、澳大利亚、加拿大、西班牙、泰国、菲律宾、日本、法国、巴拿马、意大利、荷兰、新西兰、尼日利亚、印度尼西亚、英国、德国、希腊、葡萄牙、捷克、瑞典、奥地利等
24小时读者服务热线 962555
本报零售价 每份1.00元