

老年人的烦恼:缺牙多、残牙多,不想拔牙但吃饭困难

松牙、残牙别轻易拔,无挂钩少拔牙,新修复理念助力享美食

现在很多中老年人面对多种镶牙方式不知怎么选择,比如广为人知的种植虽也是一种选择却非人人皆宜,况且,不少老年人还患有高血压、糖尿病、肿瘤愈后、自身免疫性疾病等基础疾病,种牙、拔牙风险高悬,只能与牙痛和进食不便长期缠斗,往昔美食享受化为泡影,社交自信也大打折扣。

牙是自己的好,但牙齿松动或有些残根牙,能否保留下来? 害怕痛,不想拔牙、种牙,在不拔牙的情况下如何让自己生活更有质量? 这确实困扰了很多老年人。

远离拔牙之殇 守护中老年真牙

资深中老年口腔修复专家李思凝提醒:“天然牙在咀嚼的过程中能更好地感知食物的质地和硬度,从而调整咀嚼力度。松动牙或残根牙经过治疗后,可继续发挥一定的咀嚼功能,与周围牙齿共同协作,有助于维持良好的咀嚼效率。”

“除了对食物质地的感知,保留自己的牙齿还有一个重要的好处是:保留松牙、残牙可以为周围的软组织提供支撑,可以刺激牙槽骨,防止牙槽骨因牙齿缺失而出现萎缩。牙槽骨的健康对后续牙齿的修复和口腔功能至关重要,保留天然牙有助于维持口腔的整体结构稳定。”

除了口腔生理上的特性,李思凝也提到:“很多老年朋友除因身体原因不能拔牙,保留牙齿不拔除还可以减轻老年人对牙齿问题的担忧和焦虑,对心理健康也是一个很好的促进。”

谨慎 老年人盲目拔牙有风险

“岁数大的人,尤其是有慢性

病的老年人,能不拔牙最好别拔。”69岁的高叔叔患有糖尿病,当时拔完牙,下午回到家,突然发现嘴里血流不止,把他吓坏了。所以,老年人群不要轻易拔牙。

“中老年人由于机体老化,血管脆弱,再加上可能患有不同程度的慢性病。所以,中老年人的牙齿能保留尽量不拔,尽可能少受创伤。”中老年口腔修复专家秦媛媛主任提醒道。

不拔牙 无挂钩 将松牙再固定、残牙再利用

传统的挂钩假牙对基牙要求高,不够坚固的松动牙都得拔除,这让很多不敢拔牙或不能拔牙的中老年人望而却步,无论选择“缺牙到底”,还是“冒险拔牙”,都会对中老年人的身体造成不小的伤害。

现代口腔医学的进步为守护真牙带来曙光。对于多数松牙,残根,可以避免手术创伤,稳固牙齿根基。“无挂钩修复可以最大限度地保留松动牙、残根牙不拔。”李思凝介绍,针对松牙或缺牙多的患者,这种修复手段可以减少创伤、保留自己的真牙,从而更好地维护口腔的整体结构。

少拔牙 少创伤

- ☑松牙能固定
- ☑残根不用拔
- ☑安全有效保真牙

牙齿很珍贵,能保留就不要拔

资深中老年口腔修复专家在线提供口腔健康咨询 松牙、缺牙、残牙市民均可免费报名

为让更多中老年人摆脱缺牙、松牙困扰,新民健康联合沪上资深中老年口腔专家团队,开启保护真牙现场口腔健康咨询活动。专为中老年朋友提供专业全面的口腔健康咨询。

活动时间:2024年12月13日至16日(全天)

报名享有以下福利:

- ① 专家现场科普“无挂钩、保松牙、保残根”理念
- ② 为缺牙多、松牙多、残根多者,提供一对一咨询解答
- ③ 免费定制口腔保健方案

新民健康咨询热线:021—52921615
或编辑短信“爱牙+姓名+联系方式”发送至18221690306参与报名!
(每次活动名额限30名)

◎ 资深中老年专科口腔修复专家

秦媛媛

中老年口腔专科
资深专家

上海同济大学口腔修复学硕士,曾在上海市静安区牙病防治所工作十余年,曾于第九人民医院牙体牙髓科完成进修学习,多次参加国内外高端口腔学术研讨会和相关培训。倡导舒适化无痛安全诊疗模式,以严谨的态度、专业的技术守护广大中老年患者口腔健康。

擅长:中老年复杂牙保留修复、各类松动牙修复术、半口全口精密义齿修复、牙体牙髓治疗、重度牙周炎综合治疗、微创种植等先进种植技术。



李思凝

中老年口腔专科
资深专家

近20年临床经验,在全科及种植领域具有丰富治疗经验。尤其对中老年残牙缺牙修复、特色精密覆盖义齿、中老年特色种植方面、牙齿美白等方面,拥有独到的治疗心得和丰富的治疗案例。倡导针对不同个体,根据身体、心理、功能性等多种因素,制定一对一专属的个性化诊疗方案。

擅长:全口缺失、牙裂缺损,疑难病例的整体解决方案,对于疑难复杂问题具有丰富的临床经验。



可读可信可亲,有用有益有趣 最上海、最亲民



订阅2025年度 新民晚报 多重惊喜等着您

国内邮发代号3-5: **360元/年**(新民晚报) | 国内邮发代号3-93555: **261元/年**(新民晚报工作日版) | 国内邮发代号3-205: **104元/年**(新民晚报双休日版)

● 礼品领取方式及时间

凭2025年度《新民晚报》**现金订阅凭证**至全市各邮政支局发行部门领取“正章无磷洗衣液1L+正章油葫芦免拆洗油烟净400ml”一套(《新民晚报》工作日版、双休日版及报刊订阅专用单不参加此活动)
领取时间:2024年10月26日至2024年12月31日(9:00-16:00)

邮政咨询热线: 11185 本报咨询热线: 62474929 网上订阅: http://bk.11185.cn 此活动仅限上海地区订户

通过扫码“新民晚报发行服务号”的订阅用户,礼品领取请咨询客服人员。

- 订阅全年《新民晚报》还可获赠价值300元的祝福广告一次

凭2025年度**有效订阅凭证**及**身份证**在刊登日提前两周及以上时间,到威海路755号301室新民晚报发行部办理预约登记。



扫码立享会员权益

- 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、上海龙昊、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

6 935563 504518