

保松牙 不拔牙的真相

50 岁以上中老年人请注意！

“我们这些牙齿松动的,尤其是上了年纪的老年人,谁都不想拔牙。可是满口的松牙吃饭时所遭的罪,是没有这种情况的人完全无法想象的。所以拔牙与不拔之间我们很纠结,特别想知道,松动的真牙到底要不要保,要怎么保!”一位常年饱受松动牙、缺牙困扰叔叔的心声。

真牙究竟比假牙好在哪里？

资深口腔专家秦贵亮：

“真牙上有牙周膜,吃饭时可以感知食物的大小、软硬、味道,食之有味这是真牙才能做到的;每多保一颗真牙,就能多加1倍的嚼劲。

就算您目前嘴里有缺牙需要镶复假牙,在有真牙作支持的情况下,假牙的使用寿命才能增加,使用才能更牢固。

真牙只要能够固定牢固,再使用二十年以上不是问题。”

如果治疗的建议是拔牙要不要考虑？

“首先,如果采用的是拔牙来进行口腔治疗的话,拔牙之后牙槽骨会失去生理刺激,加速牙床迅速老化。拔牙之后需要3-6个月来恢复,那么这段时间该如何处理吃饭问题,一颗两颗还好说,多颗牙齿松动全拔掉又该怎么办?

并且,并不是所有的叔叔阿姨都能接受拔牙治疗,一些慢性病患者如:糖尿病,心脏病等拔牙禁忌症患者是不敢轻易拔

牙的,否则后果是他们身体条件所不能接受的!”

到底什么样的松动牙可以保住？

中老年口腔专家赵海婷：

“通过现代的医学,到口腔医院进行详细的全面口腔检查,I、II级的松动牙完全可以恢复牢固,缺牙处可用的残根也可以再镶新牙。所以要不要拔牙一定要经过全面的检查才可以,选择正规的口腔医院进行正规检查,不要过早的轻易下结论。不要让能保住的松牙,随便就拔除!”

松牙到底要如何来保？（保牙床是关键）

牙床确保 马上吃饱
牙床不保 啥牙都搞不好

“简单来说,保松牙需要三步就可以。第一,治疗牙周,控制牙周病,这是治疗松牙的基础工作。第二,‘套筒冠’固牙,套上内冠保护松动牙,在牙齿外套上牙冠,固定松动牙,不断的刺激牙槽骨。第三,佩戴外冠,和缺牙部分的假牙连成整体!”

■专家介绍



秦贵亮

中华口腔医学会会员
中国老年学学会健康促进行动特聘医师
北京大学口腔医院老年口腔修复特训医师
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



赵海婷

中华口腔医学会会员
中国老年学学会健康促进行动特聘医师
华中科技大学同济医学院口腔医学专业
ITI国际口腔种植学会会员
韩国Dentium种植系统特训医师

全城招募多颗松动、缺牙患者 30 名限额专家现场一对一咨询

6月22日——26日,新民健康特邀知名口腔专家、院长,为饱受松动牙、缺牙困扰的中老年人们带来爱牙讲座,专家面对面为您提供口腔健康指导建议,科普先进的“保松牙套筒冠”保松牙理念。

如果您常年饱受假牙、松动牙、缺牙、口腔问题复杂等痛苦,均可报名参加!

■报名成功

- 1.免费参加中老年口腔保健指导讲座
- 2.科普“无挂钩、保松牙、套筒冠技术”
- 3.国内知名中老年口腔专家亲临,免费咨询答疑。
- 4.有机会获赠中老年专用口腔护理套装

(内含牙刷、中老年专用牙膏、义齿清洁片、义齿按摩刷、义齿护理盒、义齿刷)

活动时间
6月22日—6月26日
每天上午9:00—10:00

■报名参加

新民健康咨询热线:021—52921706
或编辑短信“爱牙+姓名+联系方式”
发送至 19901633803 参与报名!
(每次活动名额限30名)

视力下降、视物模糊究竟是怎么回事？

很多中老年人到了一定年纪后就会发现自己视力下降、视物模糊,这是怎么回事呢?是白内障吗?还是老花眼呢?一般来说,随着年龄的增加身体各个器官都会出现衰老、机能减退等状况,眼睛自然而然也不可避免,老花眼、白内障、眼底病等眼科疾病也会逐渐“找上门”来。眼科专家李勇主任提醒广大中老年朋友别随便给自己的眼睛“判刑”,首要任务是到医院查清原因,作些对症的治疗,才能让世界恢复本来的颜色。今天李勇主任为广大中老年人解答几个常见的白内障问题。

叶雪菲

问：视物模糊就是得了白内障吗？

据李勇主任介绍,白内障就是因为眼球的晶状体由透明变为混浊,从而影响光线进入眼内,导致视力受损甚至致盲的一类疾病。所以白内障的首要症状就是视力下降、

视物模糊,此外还可能伴随着复视、对比度下降、色觉异常等。

当然,在老年人中,影响视力的眼病多种多样,特别是一些发病缓慢,症状又不明显的眼病,若与白内障同时存在,则容易被忽视和漏诊。

因此对于发现有老年性白内障的病人,要注意眼压是否正常,最好要测量眼压,同时检查眼底的视神经有无疑似青光眼性的改变。这些检查应该定期追踪观察。如果有青光眼,则应积极治疗青光眼。

再则老年人也会有如高血压、动脉粥样硬化和糖尿病等对视网膜产生影响的疾病,还有眼本身的疾病如老年性黄斑变性,这些都影响视力,对这些疾病应当积极治疗。

李勇主任建议,由于白内障在早期的症状不明显,且多数眼病跟白内障的症状类似,难免辨别不出,白内障主要症状是晶体混浊,视线模糊,视力下降,如果发现这些情况,患者应及早去医院治疗。

问：白内障药物治疗有效么？

在网上随意搜索关键词“眼药水”“白内障”的文章多的不计其数。李勇主任表示,目前,针对白内障尚无有明确疗效的药物。迄今为止,手

术是白内障治疗的唯一确切有效方法。请患者明确辨别,以防花了冤枉钱,又耽误治疗。

问：既有白内障又有老花，能不能在治疗白内障的同时，让我摘掉眼镜？

随着科技的快速发展,白内障基本都能得到有效的治疗。然而,采取传统白内障手术只能解决其晶体混浊的状况,老花、近视、散光等问题仍会存在,患者术后还需要佩戴眼镜,日常生活存在诸多不便。

李勇主任指出,许多老人会有白内障与老花近视并存的现象,解决的方法也比较简单。手术过程中可以通过植入带有屈光矫正度数的人工晶体,在治疗白内障的同时还可以治疗远视、散光、高度近视等眼病,大大提高了老年白内障的视觉质量,不仅看得清,看得好,更提高了老年人晚年的生活质量。

问：白内障治疗时机怎么选择，是否要等成熟了才能做？

旧观点认为白内障一定要等到完全熟透了,即完全看不见了再做手术,这是错误的。这种观点是在过去医疗技术的局限性及技术含量低下的情况下产生的。随着医学科技

的发展,现在有安全高效的超声乳化手术,患者绝不应该等到看不见了才做手术。漫长的等待除了长时间影响视力外,还会增加手术时的难度,影响手术效果。

而且在白内障的发展过程中可能会引起眼睛发炎,或者引起青光眼(不可逆的视力受损)等,会给患

者带来难以忍受的痛苦,同时造成日后即使手术也会影响后期的恢复效果。另外,如果有眼底病同时存在,白内障会妨碍眼底检查和诊断而延误治疗时机。

你有多久没有关心过自己的眼睛了?眼睛对于我们每个人来说都无比重要,不要等到失明了才后悔莫及。

■专家简介

李 勇 主任医师

上海市眼科学会白内障学组组长
长宁区眼科质控专家

擅长：白内障超声乳化及人工晶状体植入手术;微创玻璃体手术治疗视网膜脱离、玻璃体积血、糖尿病性视网膜病变;年龄相关性黄斑变性、青光眼的诊治。

义诊公告

经相关部门批准,上海爱尔眼科医院举办“飞秒激光白内障手术直播日”义诊活动。义诊活动期间,本着“便民惠民”的原则,特开通免费VR眼病视觉体验、免视力、眼压检查费、免裂隙灯、眼底照相检查费等多项绿色通道,向广大群众提供专业眼科咨询及检查服务。

爱心提示:本次义诊采用电话/短信预约报名的方式

■义诊时间:2019年6月29日(周六)上午8:30

■义诊预约电话:185-1636-0379

■义诊短信报名:编辑短信“义诊+姓名+联系方式”发送到 185-1636-0379

■地址:上海市长宁区虹桥路1286号(10号线宋园路2号口)

义诊备案编号:长卫登字(2019)第0079号

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。