

# 新民健康



更多咨询请加入“新民健康”微信公众号  
https://wap.xinmin.cn/health/index.htm

本报新民健康工作室主编 | 总第 238 期 | 2019 年 10 月 15 日 星期二 本版策划: 高媛 视觉设计: 薛冬锐 编辑邮箱: xmjk@xmwb.com.cn

**口腔嘉年华狂欢持续 抽奖、送礼不停歇,更多福利请致电详询**

## 一颗门牙松动脱落,装上假牙后上排牙为何全掉光? 周六,资深牙周教授权威坐阵,与您面对面“把脉”支招

**一颗门牙松动,最终导致上排牙全掉光  
被告知无法种牙,是否真的“无药可救”?**

今年 52 岁的张女士,却过了十多年上牙严重缺失的苦日子。而原因,竟是 12 岁时候一次意外跌倒撞伤了门牙。原先只是一颗门牙严重松动拔除后装上活动假牙,没想到活动假牙连累了其他好牙,邻牙陆陆续续也都出现了松动脱落,到 38 岁的时候上排牙已所剩不多只剩下几颗。

这么多年的缺牙苦痛,让张女士一直不肯放弃求医,甚至有点病急乱投医。张女士曾找到一家牙科机构种牙,可当她躺在手术台上打了麻药,牙龈切开后,医生却告知牙槽骨太薄,种植难度太大,没办法种牙,最后只能再缝起来。这次的经历让张女士大受打击,生活更觉没滋没味。

**缺牙后装上假牙,没想竟成“慢性拔牙”**

像张女士这样才缺了一颗牙就导致其他牙齿也掉光,现实中真有这么严重吗?其实还真不少!“缺失了个别牙齿后,相邻的牙齿失去了原有支撑,逐渐偏离了原有的生长轨迹,也容易引发牙周病,时间一长相邻牙齿也会松动脱落。”

知名牙周种植专家刘晓峰教授表示,虽然像张女士这样的案例在上牙快掉光的时候想到了装活动牙,但若维护不当,佩戴活动牙其实是

一个“慢性拔牙”的过程,它主要依靠钩子起固位作用,钩子易钩坏、钩伤、钩松缺牙两旁的邻牙,导致邻牙发炎松动,不断加重至脱落。另外相较于种植牙,假牙咀嚼功能也不佳,仅能恢复正常功能的三四成而已。加上如果牙龈受力不当,牙槽骨将逐渐萎缩,这会给后期的修复造成很多技术难点。

**难度如此大 可尝试数字化微创即刻修复  
缺牙十多年、牙骨萎缩仍可“缺牙重生”**

刘晓峰教授感慨地说:“像张女士这样的案例,上牙全部缺失,牙槽骨宽度不足 5 毫米,种植难度非常大,对医生的水平和技术要求非常高,可尝试数字化微创即刻修复。”

据悉,这种技术不同于普通种植牙,克服了传统种植牙盲目操作、创伤大、准确性差的弊端,

通过数字化一体式设计,植体植入可实现角度、深度、吻合度精准无误,同时精确适应咬合、牙龈、舌侧、口腔粘膜等口腔环境,让仿真牙媲美真牙;而且手术只需在牙龈上打开 3-4 毫米微孔,将创伤降低到最小程度,出血少,恢复更快。

■特邀专家



刘晓峰

知名口腔牙周总监  
交通大学周硕士  
副主任医师、教授、种植总监  
上海口腔医学会牙周病学专业委员会副主任委员



黄玲

知名口腔门诊院长  
美国罗马琳达大学种植硕士  
综合全科医师  
美国口腔种植学会 MaxiCourse 认证医师  
韩国 AIC 种植学会会员

### 通知:口腔名医大讲堂开课啦!

**知名牙周教授、种植院长为你现场“把脉”**

牙齿出现问题后,是否要将其拔掉?拔掉后又该如何代替原生牙?现在有哪些牙修复新技术手段?会不会疼?应该怎么选?种植牙是不是很贵……这些,相信是每一位牙齿出现问题后的人们所关注的热点问题。

本周末,知名口腔专家、教授、副主任医师以及院长级种植团队将现身说法,为市民解析“不肿不痛即刻负重”的种植牙新理念,同时,将为市民朋友进行面对面宣教交流,免费提供口腔健康建议。

**活动时间:10月19日周六上午10:00**

讲座活动福利:

1. 免费参加“口腔名医大讲堂”
2. 专家免费提供全方位口腔健康建议
3. 现场科普“不肿不痛当天种好牙”理念
4. 参与抽奖:爱牙豪礼  
(电动牙刷、冲牙器、护牙套装等)免费送

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

## 隐形眼镜伤眼?不良佩戴习惯更伤眼角膜

曾有新闻报道,一女子从高中开始长期佩戴隐形眼镜,导致眼角膜长期缺氧,视力严重下降,新生血管长入角膜内。是否配戴隐形眼镜就会伤眼?对此,复旦大学附属闵行医院眼科主任杨敏表示,人离不开呼吸,同样,眼睛也需要呼吸。眼睛的呼吸需要依靠眼角膜,而眼角膜的角膜是非常特殊的器官,上面是没有血管的,它无法从血液中获得氧气,它的呼吸都是借助空气和周边的组织实现的。如果戴上隐形眼镜,就像在眼睛角膜上盖上了一层隔膜,阻碍了角膜和空气的接触。隐形眼镜属于第三类医疗器械,在佩戴

前应到正规医疗机构进行常规眼部检查,并选择正规渠道购买。到底是隐形眼镜伤角膜?还是佩戴习惯伤眼睛?杨敏指出,隐形眼镜镜片本身具有一定的透氧性,高质量的镜片和良好的佩戴习惯都可以有效避免角膜缺氧的发生。但是,不良的佩戴习惯和低质量的镜片都可以引起眼角膜的损伤,从而伤害到眼睛。比如,隐形眼镜使用一段时间后会产微小的划痕或磨损,从而造成佩戴不适、甚至导致我们的眼角膜被划伤。又比如,长时间佩戴后,镜片吸附泪液中的蛋白质、脂质、胶原等,使之沉积在镜片表面,

这同样会磨损眼角膜,且容易滋生细菌,进而易引起眼睛表面炎症及缺氧反应。杨主任解释,轻度的眼角膜缺氧是可逆的。由缺氧引起的眼角膜水肿,眼红痛、畏光流泪、异物感、视物模糊等症可通过人体自身调节改善或药物进行治疗后缓解。但长期慢性的、严重的角膜缺氧会诱导角膜新生血管翳生长,使眼角膜透明度下降,且更容易感染炎症,严重的甚至可造成角膜内皮损伤失代偿,从而导致失明。因此,杨敏提醒,如果角膜发生缺氧,会出现眼发红、刺痛、怕光流泪、异物感、视物模糊

等症。此时,应及时到医院眼科进行裂隙灯检查明确。如果有佩戴隐形眼镜习惯,应及时停止佩戴。此外,以下人群不适合配戴隐形眼镜:  
● 中小學生: 处于生长发育旺盛时期,眼球视轴尚未定形。隐形眼镜每天要清洗消毒,程序烦琐,不便于坚持。  
● 中老年人: 眼部组织已发生明显退行性变化,眼局部的抵抗力尤其是眼球耐受缺氧的能力下降,易出现角膜感染、溃疡等并发症。  
● 过敏性体质患者: 配戴隐形眼镜易引起并发症,例如轻微炎症、眼睛

痒痒红肿、结膜炎和眼睛肿胀等。  
● 患眼部疾病者: 角膜炎、结膜炎、沙眼、青光眼、泪囊炎等患者必须等眼病治愈后方可佩戴隐形眼镜。  
● 患全身性疾病者: 感冒、发烧、高血压病、糖尿病患者不宜戴隐形眼镜。  
● 妇女特殊时期: 妇女在行经期间血压常比正常时高,眼球周围充血,戴隐形眼镜会影响血液循环;怀孕期激素分泌改变,体内液体淤积,眼睑水肿,角膜变厚,眼球凸度发生变化,隐形镜片与之不能吻合。  
● 骑车长途旅游: 使软镜的水分减少,镜片逐渐干燥变硬,眼睛会感到不适,时间长了变硬的镜片就会损伤角膜,引起眼睛疼痛或细菌感染。(叶雪菲)

## 气血易两虚?秋冬女性不妨通过膏方调理

如今不少女性往往气血易两虚,体检合格,但深受亚健康困扰。于是一到秋冬,膏方又成了许多女性朋友的大爱。上海市闵行区中医医院妇科主治医师覃桂花介绍,《素问上古天真论》记载的“女子五七,阳明脉衰,面始焦,发始堕”是指女性从 35 岁开始出现身心变化,加上社会工作、家庭生活、子女教育等压

力增加,会影响了脏腑功能的正常运行,气血阴阳也难以平衡,还会造成精血亏虚,脏腑失养,而加速女性衰老。这个时候如果及时采用中医的膏方进行调理,能有效预防疾病及过早衰老。此外,妇科疾病大多需要长期服药,膏方因其味道甘甜、服用方便,更易为女性患者所接受。“作为调补上品,膏方不仅兼

生,更能治病。”覃医生说,女性的体质更易多变,比如说,不同的月经周期,其体质不同,表现出来的疾病症状就不一样,因此处方就不同。膏方讲究因人因时而异,一人一方,辨证施治,长期服用具有良好的调理身体,调经法疾的效果。月经不调、子宫内膜异位症、慢性盆腔炎、多囊卵巢综合症、痛经、更年

期综合症、产后体虚、不孕患者等用膏方调理,可以补中有消、消中有补,疏理冲任、扶正祛邪,可以根据患者的病情、月经周期、体质等方面的不同,辨证施治,达到良好的治疗效果。此外,现代饮食文化丰富,然而,覃医生表示,食用膏方时是需要忌口的。中医讲究药食同源,食物和药物之间往往会有功能上的禁忌,

功用相克,则相互制约,降低药效,功用相反,则可能会引发危害人体的不良反应。一般膏方多含有人参等补益药,所以茶叶、萝卜、菜菔子、咖啡、可乐等要忌口。还有滋补膏方常以黄酒调服,但以酒调服膏方也不可过量,以免饮酒过度,引发脂肪肝、肝硬化心脑血管血管疾病等。膏方进补的忌口还有很多,需要遵循体质养生原则,阳虚要禁忌生冷寒凉之品,阴虚体质要禁忌辛辣热性食物,辨证施治,才能最大化膏方的疗效。(高媛)