

一颗缺失牙“传染”全口牙 可能是你的修复方式不对！ 缺牙如何补？嚼得动，使用久？

扫一扫加入爱牙在线课堂，口腔院长提供专业修复建议

老人缺牙后，对咀嚼力影响很大，甚至连芹菜、春笋等蔬菜都嚼得费劲！为了恢复咀嚼，很多市民都尝试过不同的修复方式，但能真正解决吃饭问题的却并不多！不少市民甚至超期使用活动牙、烤瓷牙，材料老化磨损，清除菌不到位，加速了口腔环境的恶化。



缺了牙就修复 为何还会越掉越多？

62岁的顾老10年前牙齿就开始接连松动脱落，以为简单的镶个牙就完事了，没想到嘴里的牙就像得了传染病，一颗接一颗得掉，现在只剩下零星几颗牙，让顾老非常苦恼。

“一开始掉一两颗我没当回事，后面越掉越多

我就开始慌了，特别是最近一年，吃东西很吃力，什么都吃不了，那些菜都要做得很烂，感觉都吃不出味道了。”顾老说，现在他就想保住剩下的几颗松牙，另外将缺失的牙尽快修复好，恢复以前的咀嚼力，能顺利再用个二十年就心满意足了！

修复方式是关键 如何避免“踩雷”学问多！

口腔专家表示，现在的松牙修复理念是尽量延长天然牙的使用寿命，对于能保留的松牙尽量保留，恢复稳固和正常的咀嚼功能。而针对缺失的牙齿，大家在选择修复方式时一定要注重最后的效果和咀嚼力，恢复缺牙人的咬合功能以及大口咀嚼美食才是最终追求的目的。

“很多人缺牙后不及时修复，即使修复也贪图便宜选择一些材质不好或技术上达不到要求的修

复方式，造成修复后牙龈黑线脓肿、嵌塞食物、基牙损坏等不良后果。”口腔专家表示，如果没有选对修复方式，不仅解决不了吃饭问题，还会对口腔造成损伤。

“不良的修复方式会导致口腔炎症不断加深，加速牙槽骨流失，而牙槽骨跟牙齿的关系就如泥土和树木，牙槽骨流失得越多，牙齿就掉得越多。”

缺牙修复如何选？

本周日爱牙在线课堂
为你解读！

扫码报名签到可领爱牙大礼包

缺牙后到底应该选择哪种修复方式？特别是多颗牙缺失、半口或全口牙缺失的市民，想获得晚年好口福应该怎么做？

本期新民健康邀请沪上知名口腔门诊院长、牙周专家毛玲，为大家线上答疑解惑，普及全新缺牙修复理念，提供专业修复指导建议！

扫描二维码进群参与，当天签到更能获得爱牙大礼包一份！



爱牙课堂时间：4月18日周日下午14:00

报名热线：52921992
021-52921992
或编辑短信“爱牙+姓名+联系方式”
发送至：13331917156

>> 特邀专家



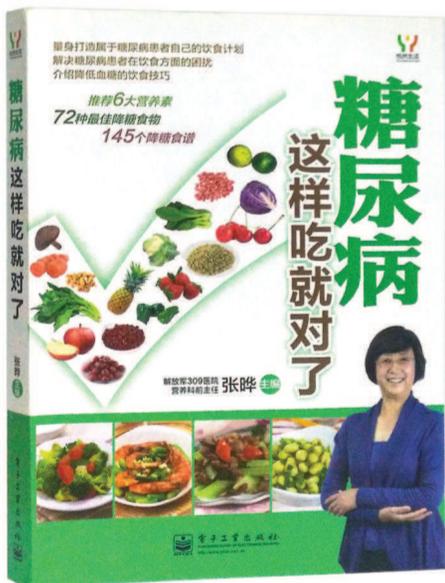
毛玲

知名口腔门诊院长
知名口腔综合齿科专家
种植专家
牙周治疗专家
口腔临床硕士

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。

“健康中国科普行-1363 慢病院外管理”专项行动—营养专家张晔教授畅销书籍

《糖尿病这样吃就对了》免费发放，仅限600本



科普系列书籍

书名：《糖尿病这样吃就对了》
主编：张晔
出版社：电子工业出版社
刊号：9787121067594

免费
申领

得了糖尿病，每天吃什么？吃多少？尤为关键，但由于各种食物种类数不胜数，糖尿病患者一不小心多吃几口，可能血糖就会升高几个单位，那么，糖友究竟应该怎样吃才能保证既吃饱吃好营养均衡，血糖还不忽高忽低呢？

为了让糖友能科学准确的掌握属于自己的食谱，本次活动向糖友免费发放“我国著名营养专家”张晔教授主编的《糖尿病这样吃就对了》科普书籍，仅限600本。

该书通俗易懂，图文并茂，详细介绍了三百余种日常食物的热量是多少、主要营养有哪些，哪些食物可以保护胰岛功能、哪些食物可改善糖尿病肾功能、哪些食物升糖指数低、如何搭配自己的稳糖食谱，本书均有详细介绍，是一部能帮助糖友自我管理糖尿病的好工具。

“健康中国科普行—1363 慢病院外管理专项行动”大型公益活动自走进上海以来，组织了数十余场科普讲座，免费发放科普书籍、血糖仪及血压计等近万份，受到了广大慢病病友的点赞。

本市满60岁以上的糖友马上“拨打电话、提供邮寄地址”
——即可“免费邮寄”到您家，仅限前600名——

（非常时期，为了避免人员密集接触，本次暂停线下活动，仅提供邮寄服务）

申领热线：400-097-9966 报名时间：早8:30-晚19:00

主办单位：中国临床营养产业创新联盟、中国代谢病防治创新联盟 承办单位：龙福健康管理有限公司



特别声明：本次活动由中国临床营养产业创新联盟、中国代谢病防治创新联盟联合主办，由龙福健康管理有限公司承办，纯属公益，不向市民收取任何费用，望相互转告！（备注：已领取过1363公益行动援助物资的会员，本次不能领取，如果需要请与您的服务人员联络） 广告

● 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转各分部
● 本报印刷：上海报业集团印务中心等，在国内外7个印点同时开印 / 上海灵石、上海龙昊、上海金桥、上海界龙 / 北京、香港、美国洛杉矶
● 本报在23个国家地区发行海外版 / 美国、澳大利亚、加拿大、俄罗斯、西班牙、泰国、菲律宾、日本、法国、巴拿马、意大利、荷兰、南非、匈牙利、新西兰、罗马尼亚、尼日利亚、印度尼西亚、阿联酋、英国、德国、希腊等

24小时读者服务热线
962555

本报零售价
每份1.00元

