

老马镶牙记

一口好牙
吃饭嘛嘛香



每到饭点，老马就心烦。眼看着以前“吃嘛嘛香”的牙齿一颗颗脱落，只剩下颌“摇摇欲坠”的三颗残牙根，吃东西不仅不“给力”，还总是被“咯”得生疼。因为怕麻烦，老马懒得去医院，一日三餐对付着吃。由于长时间饮食不正常，老马近来消瘦了不少，胃也经常不适，忍无可忍，老马决定好好处理一下。

但老马心里有些没底，不知道医生会怎么处理仅剩的三颗牙？他特别怕医生会把自己的残牙根给拔了：“我就想装个假牙，而且我看牙根还挺好的，没必要拔掉”。

有些牙齿不必强留

知名口腔专家魏兵表示，残牙根确实不是一拔了之，有些残牙根在经过科学的处理后可以毫无疼痛地保留数十年。但一定需要先经过详细检查，看情况后再决定是否要拔。

“如果残牙根已经松动，最关键的是，残牙根内的牙髓如果已经腐败坏死，留着不拔的话牙根内的感染细菌会引起牙周组织腐烂流脓坏死，危害身体健康，也不利于口腔清洁。而且刚修复好的牙齿也会受到影响，这样一来，之后新修复的牙齿就白费了。”

拔牙前需综合评估身体状况

看来，像老马这种一直以来的“怕麻烦”实在不应该。可一听到拔牙，很多人依然还是犹豫不决，特别像老马这样年纪那么大，又有高血压和糖尿病，还能拔牙吗？知名口腔专家魏兵解释道：“正是考虑到一些患者

的年龄和身体情况才会建议拔牙的。一方面拔牙的风险会随着年龄增长而增加，另一方面，如果高血压和糖尿病都控制得很好，就不用担心拔牙。而且一般在拔牙前都需要内科医生进行详细的身体状况评估。”

选择适合自己的假牙

那拔牙后，又该选择哪种假牙适合自己呢？很多市民都没了方向，有些甚至走了不少弯路：镶牙后牙龈红肿、发黑；假牙经常脱落、佩戴不适；邻牙被磨小、基牙腐烂……

魏医生指出，全口牙齿缺失的话，现在主要有活动义齿和手术修复两种修复方式。活动义齿又叫活动假牙，是一种可以自行摘戴的修复体，多为塑料牙，也有瓷牙或金属牙，早期多用于全口缺失或多数牙缺失的情况。

而近年来发展较快的手术修复方式，是在牙槽骨内植入种植体，通过种植体与牙槽骨形成骨结合，再在种植体上戴上牙冠。

手术修复，一点不复杂

听到牙修复要手术，很多人就想打退堂鼓，觉得自己年纪又大，恢复又慢，自己只是镶副牙没必要“动刀”。

魏医生表示：“其实没那么可怕，现在口腔医疗都在追求‘舒适化、微创化’，只要身体各项指标控制稳定，一般年纪大的人都可以承受。而且这种有‘牙根’的修复方式相较于没有‘牙根’的修复，咀嚼效率更高。”

魏医生还表示，像老马这样的患者想在晚年实现吃嘛嘛香的愿望，一定要通过合理科学的修复手段将缺失的牙齿“拯救”，到时候他就可以在家里张罗一顿“满汉全席”，好好犒劳自己了……

“老掉牙”口福圆梦计划在沪启动

快来报名了解 如何才能收获你的好牙口吧！

近日，新民健康联合知名连锁口腔机构，发起“老掉牙”口福圆梦计划，由知名口腔院长、疑难种植学科带头人、留美/留日口腔学者等组成的专家团，在线共商缺牙修复建议，提供品质爱牙援助，全城范围邀请牙不好的市民，助力口福梦！有需要的市民可尽快报名参加。

■报名对象：1、单颗/多颗缺牙、半口/全口缺牙等的市民；2、牙槽骨缺失、骨量不足的缺牙市民；3、有龋齿、牙周炎、牙龈萎缩、松牙、口臭等口腔问题的市民。

>> 特邀专家



魏兵
知名口腔疑难种植总监
美国罗马琳达大学种植临床硕士
ICOI国际种植专科医师协会会员
中华口腔医学会会员
多档电视节目特邀嘉宾
毕业于中国医科大学

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

本版活动为公益活动，不参加者推荐医疗服务或其他商品，相关信息仅供参考。

出“梅”即遇“酷暑”，谨防房颤危害

刚刚告别本世纪最长“黄梅天”，上海就进入了连续高温天，对于房颤等心脑血管疾病的人要加倍当心。炎热的夏季，人体为了散热，体表血管会扩张，大量血液聚集于体表，供应心脏和大脑的血液就会相对减少，人体出汗增加，水分流失快，导致血液黏稠，这都会使心律失常患者的心脏缺血缺氧反应加重，因此会导致房颤等心律失常和血栓类疾病的高发。此外，夏季的普遍高温使人心情容易焦躁，情绪容易激动，一点小事火冒三丈，而焦躁就是引发房颤的一个因素。夏季生活中，冰饮、吸烟和过度兴奋都是常态，这样的情况下，人体交感神经兴奋，心跳加快、舒张期缩短、心室内传导增快，从而引发房颤以及各种类型的心律失常。现在房颤在老年人中的发病率越来越高，随着年龄增长，75岁以上人群可达10%。尤其目前的酷暑天气很有可能成为房颤疾病的诱因。



刘旭

上海胸科医院心内科主任医师，教授，博士生导师；上海市优秀学科带头人；上海交大领军人才，现任上海交通大学上海交大心脏中心房颤门诊中心主任

房颤该如何治疗？

目前房颤的治疗主要包括2个方面：药物治疗与导管消融治疗。药物治疗相对针对性较差而且效果不稳定，无法根治。随着技术的进步，目前导管消融术已经成为治疗房颤的首选方案。导管消融治疗和药物治疗相比，可以降低房颤患者脑梗死发生率和高达正常人2倍的死亡率。上海市胸科医院刘旭教授团队的房颤消融技术始终领跑全国，作为上海市医学领军人才、上海市优秀学科带头人，刘旭教授个人完成的射频消融的例数和质量，无论在国内外都名列前茅。

最后提醒大家，在35摄氏度以上的高温天气下，心脑血管疾病死亡率会明显上升。从临床经验上看，每年的七八月份都是心脑血管疾病发作的一个高峰。出“梅”即遇“酷暑”，这样的天气里我们都需要多加注意身体，谨防房颤危害。如果发现心脏相关有不适，应当引起重视，千万不能掉以轻心，应及时前往正规的医疗机构进行诊治。刘旭教授一直强调房颤的早期发现和治疗，最佳的手术治疗时期是在阵发性房颤往持续性房颤发展的时候，一旦错过之后，治疗起来将会非常棘手，而且凶险的并发症不知道什么时候会突然降临。所以重视房颤，及时治疗就显得尤为重要。（宋小卓）

房颤有什么危害？

房颤患者的心房率能达到惊人的350-600次/分（正常情况下为60-100次/分），如此超负荷的运转对心脏的损害非常之大。更重要的是，房颤的危害不仅仅局限于心脏，其并发症更加凶险难防。房颤是死亡率增加的危险因素之一，在没有合并其他心血管疾病的情况下，房颤可使死亡率增加1倍；合并心衰时，房颤患者比正常人死亡率增加2.2倍，女性增加1.8倍。房颤所致的脑梗死具有“三高”的特点，即高致残率、高死亡率、高复发率。第一年死亡率高达50%，严重致残率高达73%，累计复发率6.9%。

房颤如何预防？

房颤是一种可以预防的疾病，而对于已经出现了房颤的患者，应及时到医院就医，切不可拖延时间。预防房颤可以参考以下几点：
①、定期查心电图
②、控制“三高”与原发病等高危因素
③、良好的生活方式，少食用刺激性食物
④、合理锻炼身体
⑤、保持愉悦的心情

中科灵芝 助力健康 致力于灵芝研究36年

中科创新牌灵芝孢子油软胶囊(40粒/瓶)

中科牌爱特胶囊(100粒/瓶)



专 利 组 合



用中科专利技术CO₂超临界萃取的中科灵芝孢子油
专利号：ZL200610086075.1
发明名称：一种富含萜类的灵芝孢子油类制剂加工方法

主要原料：姬松茸、云芝、灵芝、香菇、虫草菌丝体、灵芝破壁孢子。

中科灵芝 2元认购计划

关爱市民健康，“中科灵芝2元认购计划”真情起航。符合条件的市民以2元的价格获得总价值960元的**中科灵芝孢子胶囊2瓶**。因领认购需符合条件，务必电话预约，否则无效！每人终身认购一次！
活动期限：长期不限额。
领取条件：1、一年内享受过大病医保的（精神类疾病及肾移植除外）
2、本人身份证
认购步骤：电话预约——《申领表》复核审查通过——按通知时间前往。
预约专线：**021-35110789**（活动详情请见店内海报或来电进行咨询！）



中科灵芝孢子胶囊(100粒/瓶)

中科创新牌灵芝孢子油软胶囊：国食健注G20100316 国家市场监督管理总局批准 适宜人群：免疫力低下者 不适宜人群：少年儿童、孕妇、乳母 中科牌爱特胶囊：卫食健字(2000)第0434号 中华人民共和国卫生部批准 适宜人群：免疫力低下者 不适宜人群：少年儿童 中科灵芝孢子胶囊：卫食健字(1999)第133号 中华人民共和国卫生部批准 适宜人群：免疫力低下者 不适宜人群：无 保健食品不是药物，不能代替药物治疗疾病 苏食健广审(文)第220316-00297号

热线：021-34010789/64311772

上海科学院药房地址：肇嘉浜路526号（近岳阳路） 南京中科药业有限公司出品

24小时读者服务热线
962555

本报零售价
每份 1.00元

