

# 新民健康



更多资讯请加入“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 282 期 | 2021 年 3 月 3 日 星期三 本版策划: 郑琳 视觉设计: 薛冬银 编辑邮箱: xjmj@xmwb.com.cn

## 缺牙修复, 残根、松牙能保住, 复杂口腔处理新选择

### 慢性病老人口腔问题难以控制

家住浦东的王阿姨慢性病缠身, 常年靠吃药控制。“最近两年牙齿越来越不灵光, 吃东西不敢咬不能嚼, 满嘴很多缺牙松牙。牙齿嚼不动, 吃饭很受罪, 血糖和血压就更难控制住, 天天犯愁。”

王阿姨咨询了多家医院, 都建议拔掉松牙, 等 3 个月后再镶挂钩假牙。可王阿姨血糖血压不好, 是不能轻易拔牙的, 只能继续强忍松牙苦。

“有慢性病的老年人口腔问题带来的危害更大。”擅长中老年人口腔疑难修复的张伟医生指出, “高血压、糖尿病是我国中老年人的高发病, 他们的口腔环境普遍不好, 极易滋生牙周细菌, 引发牙周炎加速牙槽骨吸收, 造成牙齿松动、脱落。如不及时治疗遏制, 牙周细菌进入人体循环系统, 不仅恶化慢性病程度, 还造成胃肠道消化功能紊乱, 带来全身性的并发症拖垮身体。”

### 中老年人切忌盲目拔牙再镶复

中老年人身体机能较差, 有高血压等心脑血管疾病者, 治牙更要慎重, 盲目拔牙会有生命危险。传统口腔医学水平有限, 松牙、残牙根都被当作病牙拔掉, 大多数再镶上挂钩牙。

“如果只用拔牙作为口腔治疗手段, 拔牙后牙槽骨失去了生理刺激, 会加速牙床老化。拔牙还要等 3-6 个月恢复, 这段时间怎么吃饭? 一两颗问题不大, 如果多颗牙齿松动全拔掉, 非常不适合中老年人。”张伟医生表示, “现代口腔修复技术完全可以保留松牙, 残根不用拔, 补全缺

牙, 修复好牙齿。”

“真牙一定能保就保, 真牙上才有牙周膜, 吃饭时可感知食物的大小、软硬, ‘食之有味’这是真牙才能做到的。多保一颗真牙, 就能有更多咀嚼力。”张伟医生提醒: “嘴里有缺牙需要镶假牙, 在有真牙作支持的情况下, 假牙的使用寿命能大大增加, 使用更牢固。真牙修复固定好, 正常饮食不是问题。”

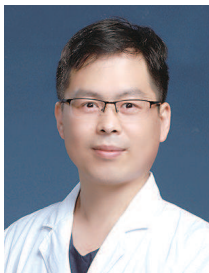
### 松牙残根不用拔 一嘴烂牙也能修复

过去, 缺牙老人多采用的是挂钩假牙, 是利用钢丝依托健康真牙来固定假牙, 对余留的真牙要求很高, 受力也完全依赖自己的好牙, 受力严重。

“‘无挂钩覆盖义齿’是不依靠挂钩做固定, 即使多颗缺牙、松牙都可以修复固定的新方式。变拔为固, 是利用内冠包裹保护住基牙, 外冠可覆盖多颗牙齿, 分散了咬合力, 利用夹板原理保住没拔的松牙和残根, 同时修复缺失牙。这是目前非常适合口腔问题严重且复杂的中老年人的新修复手段。保住残牙根, 免去拔牙的痛苦, 增强咀嚼力, 维持对牙槽骨的生理刺激, 防止牙槽骨萎缩, 一举多得。”

“随着现代医学的快速发展, 2-3 度松动牙完全可以修复牢固, 能感知自己牙齿松动的中老年人松动程度都处于这一范围内。”刘海松医生建议已有缺牙松牙的中老年人, 务必要尽早到专业的中老年人口腔检查修复, 越早就医牙齿保住的希望越大, 越能早享好口福。

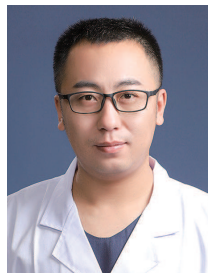
### 中老年口腔专科资深修复专家



刘海松

哈尔滨医科大学学士  
中华口腔医学会会员  
知名口腔集团种植委员会成员  
知名口腔集团附着体技术委员会成员  
ITI 国际口腔种植学会会员  
Nobel 种植认证医师

从事中高端口腔临床十余年, 专注附着体修复、失败病例再修复, 具有丰富的临床经验和精湛的技术水平。擅长成年人各类牙髓病、根尖周病、固定修复、活动修复。



张伟

中华口腔医学会会员  
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  
韩国 Dentium 种植系统特训医师

专注附着体式修复、失败病例再修复, 具有丰富的临床经验和精湛的技术水平。熟练掌握现代化根管治疗、全口义齿修复、前牙美学修复。

## 中老年口腔专科修复专家 一对一在线咨询缺牙松牙困扰

新民健康工作室联合资深中老年口腔修复专家开展“中老年口腔疑难杂症修复”福利活动, 知名中老年口腔修复专家一对一在线咨询解析, 缺牙如何更好的修复, 松牙、残根能保就不拔。

活动时间: 3月4日—3月7日(全天)

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!

(每日活动名额限 20 名)

### 健康小百科

## 聊聊低血压是怎么回事

说到高血压, 很多人都比较重视, 毕竟高血压引发的并发症危害很大, 但提及低血压, 有些人就认为血压低一些没关系, 其实, 这是一种误解, 低血压的危害也不少, 血压过低, 容易引起头晕、视野模糊、恶心等症状, 严重的甚至危及生命。

### 什么是低血压?

一般来说, 成年人上肢动脉血压低于 90/60mmHg, 即为低血压。前一个数字代表收缩压, 就是心脏收缩时, 心室射出的血液对血管内壁的压力。后一个数字代表舒张压, 就是心

脏在舒张的情况下, 血液对血管壁的压力。

### 低血压的种类

不是所有的低血压都有害。低血压有生理性低血压和病理性低血压之分。顾名思义, 生理性低血压就是生理原因, 不是疾病, 不需要治疗, 有些人天生血压比较低, 多见于一些瘦弱的女性, 除了血压偏低, 人体各系统器官无缺血和缺氧等异常, 这种情况就不用处理。

病理性低血压, 简言之就是生病了, 需要治疗。又分为原发性低血压和继发性低血压。前者是无明显原因的低血压状态, 后者则是人

体某一器官或系统的疾病引起的血压偏低。恶性肿瘤、甲状腺功能减退、重度营养不良、心脏瓣膜病等都可能造成低血压。

急性发作的低血压, 如大出血、急性心肌梗死、感染等原因导致血压急剧降低, 非常危险。老年人长期血压偏低, 血液循环缓慢, 远端毛细血管缺血, 容易引起心脏和脑部等重要器官供血不足, 也需要特别重视。

### 低血压的预防

血压偏低, 并伴有头晕眼花、疲乏无力、心慌心悸等症状的, 务必到医院就诊, 及时治疗, 日常生活中, 要每天测量血压, 观察血压变化。对于不需要药物治疗的低血压患者, 可以从日常运动、饮食和生活方面着手, 营造良好的生活方式, 也能有比较好的效果。

1、坚持锻炼身体, 改善体质。运动量不宜

过大, 循序渐进即可, 贵在坚持两字。老年人可选择慢走、打太极拳等比较舒缓的运动。

2、饮食要规律, 按时吃饭, 体质虚弱者注意增加营养。不要暴饮暴食, 要少食多餐, 一次性吃得过饱, 血液将进入肠胃进行消化, 回流心脏的血液相对减少而容易发生餐后低血压。

3、增加盐的摄入, 多喝水多喝茶, 有助于升高血压。适量饮茶或喝咖啡, 从而增加心脏交感兴奋性, 加快心率增加血流, 但凡事不可过度, 过量摄取咖啡因不可取。

4、起床时, 或是久坐久蹲直立时, 要慢慢起身, 动作不可太大。因为血压低, 容易出现体位性低血压, 出现头晕、乏力、心慌或晕倒的情况, 低血压的患者要行动缓慢些, 以免摔伤。

5、睡眠要充足, 避免疲劳和紧张。

6、洗澡时水温不要过热, 时间不要过长。(郑琳)

本版活动为公益活动, 不向参与者推荐医疗服务或者其他商品, 相关信息仅供参考。



科/学/带/来/健/康

## 提高免疫 守护健康 中科灵芝孢子胶囊



**好消息**

市价: 480元/瓶 新春价: 190元/瓶

截止日期: 3月15日

咨询 021-34010789

热线 021-64311772

上海科苑药房地址: 肇嘉浜路526号(近岳阳路)

保健食品不是药物, 不能代替药物治疗疾病  
中科灵芝孢子胶囊: 卫食健字(1999)第133号 本品不能替代药品 不适宜人群: 无 南京中科药业出品 苏食健广(文)第220316-01537号 广告

## 口臭

可用 养阴口香合剂

主治: 口臭, 口舌生疮, 齿龈肿痛, 咽干口苦, 胃灼热痛, 肠燥便秘。

功能主治: 中医: 清胃泄火, 滋阴生津, 行气消积, 用于胃热津亏, 阴虚郁热上蒸所致口臭, 口舌生疮, 齿龈肿痛, 咽干口苦, 胃灼热痛, 肠燥便秘。

OTC 乙类

全市各大药房有售 电话: 62041665

69.8元/盒

销售地址: [黄浦]: 南京东路第一医药商店, 淮海路各药房, [静安]: 区各药房, 愚园路232号, 山西北路208号, 中华新路957号, [虹口]: 四川北路各药房, [徐汇]: 汇丰各药房, 茶陵路216号, [长宁]: 长宁之路265号得一各药房, [普陀]: 曹杨路673号及复美各药房, [浦东]: 海阳路622号, 养和堂各药房, [惠南镇]: 人民东路2626号, [杨浦]: 长海路349号, [宝山]: 牡丹江路各药房, 友谊路223号, [闵行]: 江川路242号, 莘朱路152号, [松江]: 沪亭北路758号余天成各药房, [嘉定]: 沙霞路83号, [金山]: 恒德药店各药房, [奉贤]: 南桥路589号, [青浦]: 青安路210号, [崇明]: 东门路178号等全市各大药房有售。

## 灰指甲

可用 伊甲® 复方聚维砷汞搽剂

适应症: 1. 用于足癣、体癣、头癣、花斑癣、手癣、甲癣; 并发细菌感染也可使用。 2. 用于疖、蚊虫叮咬、手足多汗症。

OTC 乙类

全市各大药房有售 电话: 62041665

138元/盒 60ml/盒

批准文号: 国药准字H52020539 生产企业: 贵州万顺堂药业股份有限公司, 请按药品说明书或在药师指导下购买和使用。【禁忌】尚不明确。【不良反应】偶见皮肤刺激如灼热感, 或过敏反应如皮疹、瘙痒等。【药物相互作用】无。

