

经常松脱、嚼不动、反复调试，真麻烦！ 您是否也在深陷缺牙修复误区？

口腔名医魏兵：人性化、舒适耐用的修复方式更适合老人

又到一年粽飘香时，老底子上海人最爱的粽子你品尝过了吗？
鲜香软糯、晶莹嫩白、饱满汁多、香气扑鼻，真是一口一个停不下来！
但对于缺了牙的朋友来说，吃粽子就成了苦差事，得小心翼翼不敢大嚼，特别是戴了假牙的朋友，一不小心就会被粘下来，吃得大不尽兴！

不良修复让人吃足苦头

日常生活中，不少老年朋友会有这样的遭遇：掉牙→镶牙→牙龈萎缩、不适→继续修复→吃饭不便、不舒服→再修复……

不合适的假牙不仅吃东西不能尽兴吃，而且还需要定期更

换，到最后牙齿越看越贵，牙齿越掉越多，吃东西依然费力。65岁的周阿姨就深有体会：“我以前不懂，以为缺了牙就只能戴假牙，谁知道说话也说不利索，会大舌头，吃东西也吃不出食物的劲道和香味，真是苦哦！”

想吃好饭、吃得香并不难

周阿姨的情况并不是个例，不少老年朋友的晚年生活就一直处在这样的痛苦之中，嚼不动、吃不香，还要忍受假牙带来的不适。

但其实，目前口腔医学普

遍认同的有“牙根”的修复方式，能避免这些问题，凭借独立的“牙根”咀嚼时垂直受力，不仅不会干扰到其他健康牙，还能像真牙一样感受到食物的嚼劲，吃出香味。

有牙根的修复实现咀嚼梦

知名口腔专家魏兵表示，跟以往繁琐、不舒适的修复方式比起来，有“牙根”的修复方式更适合现代人。

“医学一直在发展，老年朋

友的观念也要与时俱进，就像二十年前流行镶金牙，现在其实有了更人性、更舒适好用的方式了，没牙的老人也可以实现品尝各类美食的梦想！”



咬合力是正常牙的90%以上

就几乎接近我们天然牙齿的效能

粽香飘飘 你也可以大口吃！

报名周六魏兵云讲座，助力美味人生

新民健康联合沪上知名口腔专家、疑难种植总监、教授、主任医师等发起“品质爱牙”系列活动，面向全市缺牙市民再次送出30个专享福利名额，并开设大咖绿色通道，报名成功可获得知名口腔专家魏兵云面对面机会！

试问您有多久没有好好吃饭？想吃有嚼劲，味道够到不行的大肉粽吗？

有牙齿缺失、长期佩戴活动牙、烤瓷牙修复失败的朋友不要再苦苦忍受，报名就能获得多重爱牙福利，为您享受品质晚年助一臂之力！

讲座时间
6月12日周六 10:00
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

爱牙福利

- 1. 免费参加口腔保健指导云课堂
- 2. 开通大咖绿色通道，免费提供口腔健康建议
- 3. 特邀知名口腔专家面对面云宣教答疑
- 4. 免费申领爱牙礼包1份(牙线、牙刷、漱口水)
- 5. 对疑难口腔问题提供咨询

>> 指导专家



魏兵

口腔健康管理专家
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

电话报名，即可到店免费领取

「糖友主食大米-淇糖米」5斤

申城糖友拨打400-097-9966报名，即可凭病历及身份证明到店免费领取“糖友主食大米-淇糖米”体验装5斤及产自内蒙古的“高原藜麦米2盒+高原燕麦胚芽米2盒”，本次活动仅限300个名额，送完即止，请广大糖友相互转告。

“糖友主食大米-淇糖米”自2020年6月进入上海以来，得到了申城众多糖友的高度认可。为了让更多申城糖友了解并亲身体验“糖友主食大米-淇糖米”的真实感受，再次举办“淇糖米-体验试吃”活动，凡电话报名的糖友即可到店免费领取淇糖米体验装5斤、被称为“全营养谷物”的内蒙古高原藜麦米2盒及具有高营养价值的内蒙古高原燕麦胚芽米2盒。



江祺祥教授上海糖友见面会接受优酷视频采访

淇糖米(武育粳702)是由享受“国务院政府特殊津贴专家”、“庆祝中华人民共和国成立70周年纪念章”获得者江祺祥教授历时十余年为糖友研发的。经华中农业大学作物遗传改良实验室检测结果显示：淇糖米(武育粳702)中不易被人体吸收转化糖分的“醇溶蛋白”含量相对更高，而容易被人体

吸收转化成糖分的“谷蛋白”含量相对较低，被糖友们誉为“敢吃饱有营养的糖友主食大米”。

- ▶ 活动报名热线：400-097-9966
- ▶ 报名时间：每日8:30-19:30期间
- ▶ 活动申领店面：老糖友主粮专营店
(静安店、徐汇店、浦东店)



备① 糖友只能在一家店面领取，已参加过淇糖米体验活动的不再给予报名及物资领取。
注② 糖友必须电话报名，按规定时间到店参加活动，否则不予接待办理。

1363院外管理活动主办单位：中国临床营养产业创新联盟、中国代谢病防治联盟联合主办。承办单位：上海西融健康管理咨询有限公司。本次活动费用不得以任何名义向参加者收取任何费用，欢迎社会监督。忠告语：淇糖米并非药品，食用淇糖米不能替代药品的治疗功能；亦不宜在日常膳食中过量食用。

健康小百科

与阿尔兹海默症患者生活的实用指南

阿尔兹海默症是一种起病隐匿且进行性发展的神经系统退行性疾病。主要临床表现有：记忆障碍、失语、失用、失认、视觉空间障碍、执行力障碍以及人格和行为改变等全面性痴呆表现。

世人都说：“陪伴，是最长情的告白。”在这场漫长的告别中，家人的不离不弃，才是对患者身心最好的良药。当疾病降临时，亲爱的家人，你准备好了吗？

当家庭成员里有出现阿尔兹海默症患者时，其余的家庭成员可能与患者的关系将发生翻天覆地的变化。也许曾经患者是家中顶梁，但现在起将完全依赖其他家庭成员来维持生活。作为照顾者，需要付出极大的耐心，用新的策略和应对方法与患者相处。首先，我们要学会积极面对，获取帮助。如果患者属于阿尔兹海默症早期，照顾者需要做的是对疾病进行深入的了解，对居家环境进行改造，提升照顾技能等，并及早接触一些医疗康复资源。其次，家庭成员间的职责分配。谁负责看护？谁负责饮食起居？谁负责维持家庭正常收支？如在患者早期做好上述准备，随着后续病情的发展也不至于手足无措。

阿尔兹海默症患者可能出现的问题及应对方法：

1、精神、行为症状：精神和行为的变化对于家人和患者可能是最令人痛苦的事。患者会出现记忆缺失并容易陷入困惑，这将导致抑郁、焦虑、烦躁等情绪，还会出现睡眠规律的变化和重复性的行为，甚至离家出走等。

应对方法：当患者出现行为及精神异常

时，首先要语气温和，耐心安抚，适时地转移话题或注意力；或者将患者带离不安环境，外出散步等；及时制止危险行为的发生，耐心告诉患者哪些行为是危险的，下次做得好可以适当给予一些奖励。

2、沟通障碍：患者逐渐出现词汇表达和对话理解的困难，在沟通中容易陷入僵局，具体表现有无法用适当词汇表述、不断重复问题、说话戛然而止、自言自语等。

应对方法：沟通时，尽可能的与患者面对面，并保持眼神的接触。如患者听力尚可，家人可缓慢清晰地说话，尽量保持正常且稳定的音量，大声说话可能会对患者造成负面情绪。

3、日常护理需求：日常的饮食起居在很大程度上要依赖于他人的照顾。对于患者来说，独立性和隐私性的丧失可能会是一个非常痛苦的过渡，如试图为患者洗澡时，他/她会表现出强烈的排斥与抗拒。

应对方法：在耐心劝导的同时，也可考虑让患者独立完成某些事，鼓励他们自己完成并予以相应的辅助。如：患者穿衣时，为其将内外衣物有序排列，间接提示患者按顺序穿衣。

4、安排日常活动：日常活动的目的不仅是为了帮助患者维持身体健康，提高生活质量，还能减少躁动情绪和离家出走的行为。

应对方法：在日常陪护中，尽量找到能让家人与患者都可放松的活动。如：外出散步、共进晚餐、桌面游戏、聆听音乐等。
(孙黎)

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。