

# 松牙残根固定不拔，无挂钩保真牙，中老年口腔修复新思路

## 资深中老年口腔修复专家提醒：中老年人切忌盲目拔牙 真牙才有真口福

端午刚过，家住徐汇的秦阿姨一早就赶往口腔门诊，“我两年前就满嘴的松牙、缺牙了，当时吃饭只能吃点豆腐脑、小米粥、鸡蛋羹啥的。排骨、酱肘、鸡腿的味道早就忘记了，每天吃饭只是例行公事，没有一点口福可言。”

半年前，秦阿姨在口腔医院做了一副传统的挂钩假牙。“挂钩钩住好牙为根基来修复我的缺牙和松牙，平时摘戴需要很小心，毕竟牙肉（牙龈）是很敏感的。过节吃粽子，还险些被粘掉，之前有看到过老人误吞假牙的新闻，挺后怕的。所以我还是想去医院看看有没有新的修复方法。”

秦阿姨提起假牙修复很苦恼，医生告知她现在要么继续加固之前的挂钩；要么选择不用挂钩假牙，拔掉松牙、残根再镶假牙。“我不想、也不敢拔牙，挂钩假牙更不想继续使用。”

“很多松动牙患者采用的是挂钩假牙方式，利用钢丝依托健康真牙来固定假牙，对保留真牙的要求高，受力完全依赖自己的好牙。”资深中老年口腔修复专家周宇亮医生提到：“现代口腔修复技术对于满足保牙条件（动度在3度以内）的松牙完全是可以保住的，无需拔牙。固定住的松牙与好牙一样，可享受各类美食。”

### 保真牙是中老年口腔修复关键

过去口腔医学水平有限，松牙、残牙根都被当作病牙拔掉再镶上挂钩牙。中老年人身体机能下降，有高血压等心脑血管疾病者，治疗更要慎重，尤其盲目拔牙会有生命危险。

“我不赞成轻易拔牙。因为拔除了真牙

后，牙槽骨失去了牙齿咀嚼时产生的生理刺激，长期以往会加速牙床老化。另外，拔牙恢复期需要半年左右，有的老人身体条件差甚至需要更久，这种情况会严重影响日常生活，非常不适合中老年人。”周宇亮医生强调道。

“真牙一定要能保就保，真牙上才有牙周膜，可感知食物大小、软硬，‘食之有味’只有真牙才能做到。多保一颗真牙，就能有更多咀嚼力。”周宇亮医生提醒道：“缺牙镶复时，在有真牙作支持的情况下，假牙固位力更好，使用寿命也能大大延长。因此，保真牙才是中老年口腔修复的关键。”

### 不拔牙、无挂钩固松牙，畅享好口福

“中老年人人口腔多数是非常复杂的，存在松牙、残根、缺牙等等问题，切莫一拔了之。”中老年口腔修复专家石欢医生说道：“随意拔掉病牙，省时，方便。但这对中老年人的身体

无疑是不负责任的。”

“区别对待复杂口腔问题，从中老年人身体出发，能保留住的牙齿不拔，缺一并修复，不损伤患者的身体健康才是更适合的方案。”石欢医生解释道：“‘无挂钩覆盖义齿’是不依靠挂钩做固定，多颗松牙均可固定的新方案。变拔为固，利用内冠包裹保护住基牙，治疗牙周炎，防止牙槽骨流失。外冠可覆盖多颗牙齿，分散咬合力。利用了夹板原理保住没拔的松牙，修复周边缺失牙。同时，符合保留条件的残根可以变废为宝，不拔残根，以此为基础再镶新牙，是非常适合口腔环境复杂的中老年人的修复手段。”

“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。”石欢医生提醒：“已有缺牙松牙的中老年人，务必要早到专业服务中老年的口腔机构检查修复，越早就医牙齿保住希望越大，越早享受好口福。”

### 中老年口腔专科资深修复专家

#### 周宇亮

曾在上海市第九人民医院口腔种植修复科研修，在上海市徐汇区牙防所工作十余年，较早涉足口腔种植领域，深谱品牌种植系统，在口腔疑难杂症等方面有很高的学术理论水平和独特的临床经验。上海同济大学学士  
中华口腔医学会口腔修复学专业委员会专科会员  
中华口腔医学会全科口腔医学专业委员会专科会员  
Nobel 国际口腔种植学会会员  
ITI 国际口腔种植学会会员  
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



#### 石欢

专注前牙美学修复种植体覆盖义齿修复。熟练掌握现代化根管治疗，微创拔牙手术、全口义齿修复，具有丰富的临床经验和精湛的技术水平。中华口腔医学会会员  
毕业于西安交通大学  
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



## 全市招募 50 岁以上缺牙、松牙、残根牙患者 中老年口腔专科医生面对面在线咨询缺牙松牙修复

活动时间：6月17日—20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!

本版块活动为公益活动，不参加者推荐医疗或服务其他商品，相关信息仅供参考。(每次活动名额限 50 名)

# 侨辉·天颐康养城

## 沪上规模最大的健康生态产业园开始试运营 已有数十位老人入住 最多可入住 5000 余人

“我们老两口是看了新民晚报的介绍后，最终决定去侨辉·天颐康养城养老的。”沪上超大型健康生态产业园侨辉·天颐康养城，首期养老、康复设施已开始试运营，率先选择入住的是 76 岁的徐老先生夫妻，在他们看来，侨辉·天颐康养城环境优美，设施齐全，服务周到，交通方便，“是个养老的好地方！”

### 鱼儿们欢快地游来游去

一条河流蜿蜒穿过园区中央，流水潺潺，鱼儿们欢快地游来游去，令人心旷神怡。在水岸边的栏杆处，还备有老人喜欢的钓鱼竿……

开发建设侨辉·天颐康养城的上海侨辉置业发展有限公司董事长潘欣昇介绍，地处嘉定区南翔镇的侨辉·天颐康养城，总投资约 30 亿元，总占地面积 14.76 万平方米，总建筑面积约 30 万平方米，将建设成为集居住、养生、疗养、康复、保健、文化、娱乐、实训、办公、休闲等功能为一体的现代养老服务综合园区，规划建设商业办公、医学研究院、医学及养老相关产业、人才培训中心、老年养生公寓、体检中心、医疗康复医院、老年护理医院、月子中心、文化娱乐中心，以及其他生活配套设施等，为老年人打造开放式、专业化、生态化的养老健康园区，满足老年人养老需要，同时将为社会提供 7000 多个工作岗位。目前，侨辉·天颐康养城已开始试



运营，已有数十位老人入住。将来，康养城最多可入住 5000 余人。

“我们致力于打造人才输出—医疗照护—生活照料—吃住文娱的养老服务闭环，为老年人提供一站式综合养老解决方案，从一线养老护理人员到管理骨干进行系统培训，快速引入国际先进的养老服务理念和专业的服务技能。”潘欣昇自信地表示，“希望我们的养老模式令人安心，入住的老人过得舒心，家人看着放心！”

目前已对外开放的养老社区 7 号楼是专门为活力老人而准备，约 1.6 万平方米。整个 7 号楼共能入住 220 户老人，分为 7 层，其中共有 3 种户型：59 平方米、75 平方米、87 平方米，全部采用精装交付，可以直接拎

包入住。家具采用红木家具，给您带来高品质的居家体验。养老社区 5 号楼约 6000 平方米，共有 108 个床位。侨辉·天颐康养城的地板是著名品牌安信地板。

### 每天可提供 20 多种菜品

徐老先生夫妻入住的就是率先迎客的养老公寓，今年春节，他们从新民晚报上看到介绍后，就专程从浦东新区赶来一探究竟，经过现场考察，夫妻俩马上订下了这个养老社区的房间，并于 3 月底就搬进了养老公寓，这是侨辉·天颐康养城入住的第一对老人。“我们住在这里倍感幸福！”徐老先生夫妻表示，他们觉得，“整个公寓是温暖的大家庭，员



工关心照顾入住老人的方方面面，有什么事情需要帮助，工作人员就会想方设法解决。”正说着，客服小肖和管家小陶给夫妻俩送来了他们需要的药品。“公司要求我们像对待自己的父母那样，关爱入住老人！”两位姑娘细心地叮嘱老人保重身体。

徐老先生夫妻对已经开张的餐厅也很满意，“我们的早餐能吃到豆浆、鸡蛋、包子、油条等，两个人花费 10 元左右。中餐和晚餐的菜品种也很丰盛，价格也适中，两个人吃 20 元足够了。这样算下来，一天两个人的餐费在 50 元上下，蛮实惠的。”

据介绍，养老公寓餐厅严格选用应季新鲜果蔬，根据营养师的建议，提供价格合理、品种多样、荤素搭配、低油少盐的健康菜品，每天可提供 20 多种菜品，供老人自由选择。老人还可以点小锅菜，满足家庭聚会、客人来访等需求。

另外一对刚刚入住没几天的金老先生夫妻，也对侨辉·天颐康养城赞不绝口，两位老人都已经 80 多岁，但精神矍铄，“这个养老基地

就像一个大公园，硬件环境和软件服务都很过硬，住在这里舒适、惬意！”

### 康复中生活 生活中护理

在医养结合方面，侨辉·天颐康养城建有的医疗康复医院、老年护理医院即将正式开业，实施全方位服务模式，可让老人在康复中生活、在生活中护理。

宝佳护理院以宝罗护理院专业团队为基础，为患慢性疾病、老年性疾病和功能障疾病的老年患者提供康养、生活护理和心理护理服务。



感谢您对侨辉天颐康养城的关注。地铁 11 号线陈翔公路站有班车接送。如有兴趣参观与体验，可提前致电本司与养老顾问。

地址 嘉定区南翔镇  
蕙北路1798号

咨询电话 021-39121177  
021-39121199

