

松牙固定不拔,残根重新利用,新方法应对中老年口腔问题

中老年口腔修复专家提醒:符合条件的松牙、残根可保住不用拔,正常饮食无障碍

松牙老人拔牙险晕厥

“我拔过牙，那种场景我不想再经历第二次。”家住黄浦区的徐大爷回忆起他去医院治疗松牙时的情景，“医生让我拔掉松牙，再镶假牙。疼痛我还能勉强忍住，毕竟体质还可以，没高血压、糖尿病这类慢性病。听说这些慢性病压根不让拔牙的，出了问题后果很严重。”

拔牙器械伸进嘴里那一刻让徐大爷印象深刻，“突然就有一种恶心、头晕的感觉，大脑一片空白，还反胃想吐。”

中老年口腔修复专家李莹医生提醒道：“很多上了年纪的叔叔阿姨口腔情况复杂且慢性病多发，体质较差。凡是松牙、病牙统统拔掉，会发生很严重的后果。现代医学临床对于1-2度松牙是完全可以保留的，固定后的牙齿正常吃东西不成问题。”

牙槽骨条件允许 松牙就能保住

许多松牙患者硬拖不治只是无奈之法，没有找到可以保住松牙不拔的修复方法，叔叔阿姨在拔牙和拖着不治的问题上陷入两难。

“牙槽骨条件良好，松牙就能保住。”李莹医生说道：“牙齿松动通常是因为牙齿周围的‘土壤环境’遭破坏，牙齿就像‘建在淤泥中的房子’摇摇欲坠。牙槽骨是牙齿固定的根基，松动牙固定先要基础治疗，就是常说的牙周病治疗，一些轻微的松动牙，修复了‘土壤环境’，把地基夯实了，松牙就能固定住，排骨、花生想吃就吃。”

保真牙是中老年口腔修复的关键

“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。”李莹医生强调道。

“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。”李莹医生提醒道：“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。”

不拔牙固松牙,残根重新利用新理念

“中老年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杨晓日医生说道：“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，从中老年人体质出发，能保留住的牙齿不拔，缺牙一并修复，不损伤患者的身体健康才是更适合的方案。”杨晓日医生解释道：“‘无挂钩覆盖义齿’是不依靠挂钩做固定，变拨为固，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中老年人松动程度都处于这一范围内。”杨医生提醒：“已有缺牙、松牙的中老年人，务必要尽早到专业服务中老年人的口腔机构检查修复，越早就医牙齿保住的希望越大，越能早享好口福。”

■口腔修复专家介绍

杨晓日

毕业于苏州大学
中华口腔医学会会员
中华口腔医学会美学专委会会员
中国老年学学会健康促进行动特聘医师
ITI国际口腔种植学会会员
瑞典 Nobel 种植系统特训医师



从事高端口腔临床十余年，公立医院就职多年，上海知名连锁机构院长，专注复杂中老年口腔修复技术，各种复杂病例失败再修复超过千例。精通多系统种植、全口腔精密修复，全口重度磨耗的咬合重建，针对精密附着体修复和种植牙修复具有丰富的临床经验和精湛的技术水平。

李莹

中华口腔医学会会员
毕业于福建医科大学
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
ITI国际口腔种植学会会员
韩国 Dentium 种植系统特训医师



曾在上海市第九人民医院口腔种植科研修，福建省三甲医院口腔科工作十余年。擅长中老年口腔精密附着体修复、复杂根管治疗、牙体牙髓治疗、复杂疑难性种植修复、冠桥/芬立桥修复等。

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:7月28日——31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,不参加者推荐医疗服务或者其他商品,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。

“我们致力于打造出人才输出—医疗照护—生活照料—吃住文娛的养老服务闭环，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碍性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。如有兴趣参与与体验，可提前致电本司与养老顾问。

地址

嘉定区南翔镇
蕰北路1798号

咨询电话

021-39121177
021-39121199