

肠胃病不定时发作，根源竟然是牙齿！

中老年口腔专家提醒：松牙、缺牙极易引发肠胃病，保真牙是中老年口腔修复关键

十年老胃病 病根竟然是松动牙

74岁的金叔叔患有慢性胃炎、胃溃疡距今已经有十年的历史了，“不疼的时候还好，疼起来真的是要了命了，家里抽屉里满满的都是胃药。”金叔叔提起他的胃病史就难过。

作为医院消化科的常客，金叔叔这么多年不知道跑了多少趟，各种药物甚至偏方都用过。“前期吃药的效果还不错，不过现在吃药也只是缓和而已，我想要治‘根’，没想到这病的根源竟然在松牙、缺牙上！”金叔叔说道。

原牙防所资深中老年口腔专家周宇亮提醒道：“牙齿变松后，咀嚼效率随之降低，唾液分泌减少，胃肠蠕动减慢，食物没有被充分嚼碎就进入肠胃，加重肠胃系统负担。时间一长，肠胃就开始出现不适、腹胀、恶心、消化不良、便秘等问题，从而影响全身健康。”周宇亮医生补充道：“中老年人一旦发现肠胃有问题，可以先排除是否有松牙，尽早固定，及时恢复咀嚼力。”

高血压老人无法拔牙 拖延发展成半口

“五年前，我的松牙开始增多，影响到正常饮食，硬一点的肉、蔬菜完全不能吃，每天吃点软的、稀的应付了事。”金叔叔回忆道：“最开始去医院做过检查，医生初步给出的建议是趁现在松牙少，把松牙都拔掉再镶假牙。才拔了一颗，我就头部发晕，浑身冒冷汗，我这高血压可不允许我继续拔牙了！所以，就一直拖到了现在，原本只有2颗，最近去检查已经新增到7颗！”

“像金叔叔这样的高血压患者千万不要盲目拔牙。”周宇亮医生解释道，“上了年纪的老人人体机能下降且慢性病多发，像高血压偏高且有心脑血管方面损伤的老人，一定不能拔牙，会有生命危险。另一方面，松牙确实是具有传染性的，牙周炎是造成这种松动牙的根源，松牙紧

邻的周边几颗牙齿也会受到牙周炎的影响出现炎症感染，并出现红肿出血，如不进行干预治疗，最多一年，1度松动牙也会发展成为2度甚至3度松动情况，到时修复难度会大大增加，可利用的预留牙数量也会不容乐观。”

真牙比任何假牙都适合自己 能保则保

真牙外包裹一层牙周膜，吃饭时可感知食物的大小、软硬，这是任何人造假牙都不具备的能力。“食之有味”、“嚼之有劲”这是真牙才能做到的，真牙保留越多才能更有好口福。

中老年口腔修复专家申贝贝医生强调道：“多数真牙有2-3个牙根，后牙可以生成4个。叉开呈多边形，稳固的扎在牙槽骨中，将咀嚼时的受力合理分散到每个牙根上，从而延缓了牙槽骨的承受力。目前有些人造假牙只有单颗牙根受力，咀嚼时对牙槽骨的压迫过大，极易造成牙槽骨受力过度发生不可逆的损伤。”

很多叔叔阿姨在纠结松牙、残根是拔还是种，申医生的观点是符合条件的，能保则保，只有真牙才是最适合自己的。

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，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。

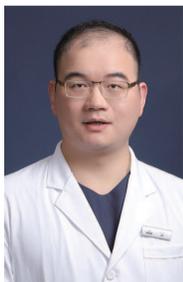
“‘无挂钩精密附着体’是不依靠挂钩做固定，即使多颗缺牙，松牙都可以修复固定的新方式。变拔为固，利用内冠包裹保护住基牙，外冠可覆盖多颗牙齿，分散了咬合力，利用夹板原理保住没拔的松牙和残根，同时修复缺失牙。是目前非常适合口腔问题严重且复杂的中老年人的新修复手段。保住残牙根，免去拔牙的痛苦，一举多得。”

“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。”申贝贝医生提醒：“已有缺牙松牙的中老年人，务必要早到专业的中老年口腔检查修复，越早就医牙齿保住的希望越大，越早享好口福。”

中老年口腔咨询专家介绍

周宇亮

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委员
中华口腔医学会全科口腔医学专业委员会专科委员
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



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，深谙品牌种植系统，在口腔疑难杂症等方面有很高的学术理论水平 and 独特的临床经验。

申贝贝

毕业于上海交通大学医学院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、口腔外科及口腔综合科等多科室学习研修，在上海高端齿科工作十余年，擅长中老年口腔修复、复杂根管治疗、牙体牙髓治疗、高难度种植修复、冠桥修复等。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。

周末中老年口腔修复专家线上免费咨询通知 全城寻找缺牙、松牙、残根中老年人

为让更多中老年人尽早摆脱缺牙、松牙困扰，新民健康特联合沪上资深中老年口腔专科专家组成专家团队，开启“松牙保卫战”系列福利活动。专为50岁以上中老人在线提供专业全面的口腔健康咨询。有多颗缺牙、松牙、残牙根的中老年朋友均可报名参加。

■报名成功

1. 专家云科普“无挂钩、保松牙”新理念
2. 国内知名中老年口腔专家亲临，免费在线咨询答疑
3. 有机会获赠中老年专用口腔护理套装
(含价值60元中老年专用牙膏2支)

活动时间：8月19日—22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!
(每次活动名额限50名)

健康小百科

被你忽视的脂肪肝 到癌变仅仅三步!

脂肪肝是指由于遗传-环境-代谢应激各种原因引起的肝脏细胞内脂肪堆积过多的病变，是一种常见的肝病。近年来，脂肪肝已成为我国第一大肝病，被医学界公认为发生隐性肝硬化的主要因素。有数据显示，我国脂肪肝患病率高达27%，在不同年龄段人群中，50-59岁人群患病率高达32.9%。

脂肪肝根据脂肪变性在肝脏累及的范围，可分为轻度、中度、重度。通常，若肝内脂肪含量在5%-10%即为轻度脂肪肝，10%-25%为中度脂肪肝，超过25%则为重度脂肪肝。脂肪肝的临床表现多样，轻度脂肪肝多无症状，中、重度脂肪肝有类似于肝炎的表现，可有食欲不振、疲倦乏力、恶心、呕吐、肝区或右上腹隐痛等。

当面对体检报告中“轻度脂肪肝”的字样，你会不会因为日常并无不适表现，而觉得无关紧要？接下来你可能要重视起来了，因为这个“沉默”的器官从轻度到重症仅仅三步！

第一步，脂肪性肝炎。脂肪肝进展至中重度后，附着的脂肪都会对肝脏造成严重负担，这是由于肝脏细胞内脂肪长期过度堆积造成的，会进一步引起肝细胞的炎症对抗。临床研究发现，有些单纯性脂肪肝患者在检

查时并未发现患有脂肪性肝炎，但通过肝脏活检，有6.67%的人其实已经患上了肝炎。

第二步，肝硬化。如果肝脏炎症持续发作，刺激肝脏内纤维组织增生加厚继而变硬，长期纤维化的恶性损伤就会形成肝硬化。脂肪性肝炎患者其肝硬化发生率会明显增高，10-15年内肝硬化发生率可在15%-25%。

第三步，肝癌。发生肝硬化之后，如果还伴有糖尿病、高血脂、内分泌紊乱等基础疾病，人体内环境和免疫系统会发生功能异常，将导致免疫细胞对癌变发生的反应下降，无法及时消除变异细胞，进而引发癌变。当然，肝癌的发生不一定遵循这个进阶的过程，也会有从脂肪性肝炎直接变成肝癌的跨越式发展，但进阶的每一步恶化最终都会走上肝癌这条路。

疾病来临并不可怕，只要早发现、早干预、早治疗。我们的肝脏是脂类合成、运转和利用的场所，并不能大量储存脂肪。当我们发现有轻度脂肪肝时，不可轻视甚至忽略它，它是肝脏发出的警告。一般轻度脂肪肝，无需药物治疗，改变长期不良习惯便可逆转自愈。首先，要调整饮食结构。脂肪肝是因人体摄入过多热量导致的，所以日常饮食要以高蛋白、高维生素、低糖、低脂为宗旨，控制体重增加，减少各类零食，尤其避免睡前食用夜宵；其次，坚持体育锻炼是非常重要的，可以有效提高代谢速度，为肝脏减负。一般来说，每日坚持运动20-30分钟即可，主要选择有氧运动，如慢跑、快走、骑车、跳绳、上下楼梯、打羽毛球等。最后，最重要的是想要改变的决心。改变不良生活饮食习惯，改变一动不动的生活方式，相信脂肪肝一定会离你越来越远。(孙黎)

中科灵芝 夏日酬宾

截止日期：2021年8月31日

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)



中科组合



买8瓶 得10瓶
买16瓶 得21瓶
买24瓶 得36瓶

最低可享
6折

买5瓶 得6瓶
买12瓶 得15瓶
买20瓶 得26瓶

中科灵芝 2元认购计划

关爱市民健康，“中科灵芝二元认购计划”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——《申报表》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！）

中科创新牌灵芝孢子油软胶囊：国食健字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：国食健字(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：国食健字(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220316-04942号

热线：**021-34010789/64311772**

上海科院药房地址：**肇嘉浜路526号（近岳阳路）** 南京中科药业有限公司出品