

口腔专家提醒：缺牙、松动牙危害大，早治疗保真牙是关键！

全民爱牙关爱活动 全城招募有松动牙、缺牙、残根等问题市民

>> 特邀专家

世界卫生组织将牙齿健康确定为人体健康十大标准之一，并给出了明确的牙齿健康标准：8020，即80岁的老人至少应有20颗功能牙。是能够正常咀嚼食物且不松动的牙。在我国，老年人群中普遍存在牙齿缺失的现象，但缺牙的危害并没有引起大家的重视。资深口腔专家王杰表示，有松动牙、缺牙、残根等口腔问题的中老年朋友一定要及时治疗，早治疗早享口福。

肠胃不好，身体越来越差，竟是缺牙惹得祸？

68岁的王阿姨，这两年已经成了医院消化科的常客，因为经常胃疼、便秘，家里肠胃药一直没断过。王阿姨说道：“医院里该检查的都查了，肠镜胃镜也做了，中医也看了，查不出什么大毛病，一直想要治根，但是不知道从哪治起。现在才知道，问题出在缺牙上。”5年前，王阿姨就开始有牙齿松动、脱落的情况，5年中陆续掉了6颗牙，因为觉得年纪大了掉牙很正常，除了吃饭时比较麻烦不敢啃骨头，吃硬性食物，其他没什么大的影响，所以并没有太在意。资深口腔专家刘定斌医生

说：“牙齿缺失以后，咀嚼功能变差，前牙缺失会影响咬断食物，后牙缺失会影响磨碎食物。咀嚼功能降低以后，未经充分研磨的食物直接进入胃肠道，会增加消化系统的负担，影响营养吸收，不仅会引起消化系统疾病，还会诱发糖尿病等系统性疾病。此外剩下的好牙也会因为邻牙脱落失去依靠而倾斜，继而引发龋病、牙周病，当剩余的牙齿数量较少时，还会造成牙槽骨缺失、牙齿松动、脱落。缺牙时间越长、数目越多，对现存好牙的影响越大。”

缺牙、松动牙危害大，早治疗保真牙是关键！

缺牙、牙松动、残根等是很多中老年人普遍存在的口腔问题，像王阿姨这样的老年人群普遍存在，在牙松动或缺牙后，不在意、不检查、不治疗也是普遍现象。有些是怕麻烦，觉得治疗修复要拔牙，而且还费时间；有些觉得还有牙齿可用，不妨碍进食；另外有一些是出于经济方面考虑，选择了直接放弃治疗。牙松动、残根到底拔还是不拔？缺牙到底如何修复？资深专家刘定斌医生表示：“在医学上，牙齿松动

是分等级的，一般人能感知到的松动基本都是1-3级的轻度松动，临床上对轻度松动牙，应当采取‘能保则保’的治疗原则。”刘定斌医生进一步解释到：“专业的修复技术从修复前检查、方案确定、牙修复以及后期维护，每一个环节对医生的要求都非常高。而专业的口腔医生可以通过合理的修复手段，即使牙槽骨量很少，也能视情况对轻度松动牙或缺牙进行重新固定、修复，延长牙齿的使用寿命。”



王杰

沪上知名连锁齿科机构创始人、总院长
知名疑难种植专家
德国法兰克福大学口腔种植学硕士
国际口腔种植医学协会会员
中华口腔医学协会会员



刘定斌

沪上知名连锁齿科机构种植院长
知名疑难种植专家
中国医科大学口腔临床医学硕士
美国若马琳大学种植牙硕士
中华口腔医学协会会员

牙松动、牙缺失怎么办？资深口腔修复专家带来全新牙健康理念！

全城免费招募 有松动牙、残根、缺牙等问题市民

活动时间：2021年9月28日至10月7日

■ 免费招募对象

1. 有残根、残冠、松动牙、缺牙、牙槽骨萎缩等口腔问题的市民朋友；
2. 各类活动假牙(义齿)种植修复失败的市民朋友；
3. 长期佩戴传统活动假牙的市民朋友。

■ 爱牙福利

1. “全民爱牙 身体健康护牙关爱活动”资深硕博口腔专家团在线答疑；
2. 免费提供口腔健康管理咨询；
3. 赠送爱牙大礼包1份(牙膏+牙刷)。

为助力广大市民拥有一口健康好牙，新民健康联合沪上资深硕博口腔专家团，针对高难度复杂口腔问题，携手搭建老年口腔健康在线咨询渠道，开展“全民爱牙 身体健康”护牙关爱活动，免费为市民朋友解答各类口腔疑难问题。

■ 报名方式

爱牙热线：021-

52920871

或编辑短信“口福行动+姓名+联系电话”
发送至：15316698130

本版活动为公益活动，不参加者不影响医疗服务或其他商品，相关信息仅供参考。

建筑可阅读 青浦新发现

三大主题七条线路融汇古今文化碰撞

“昨日”的建筑是这座城市的文化印记，“今日”的建筑书写着“明天”可读的历史。青浦，拥有丰富的建筑古迹，也拥有大量知名中外建筑师参与设计的新建筑。

正在如火如荼进行中的2021上海旅游节，以“建筑可阅读，城市微旅行”为主题，在云端和线下同步讲述建筑背后的精彩故事。作为上海旅游节系列活动之一的上海淀山湖文化艺术节暨旅游购物节如期举办，在此期间特别推出的7条“建筑可阅读·青浦新发现”主题线路，对青浦的人文历史进行了一番视角独特的梳理，也是研学旅行可资参考的有益选择。

此次主推的7条线路分为青东古今交汇新发现、新城城市风貌新发现、青西魅力古镇新发现三大主题。

青东古今交汇新发现

从近期参评上海最受关注二十大优秀建筑的国家会展中心出发，沿着青东地区三大遗址——上海崧泽遗址博物馆、福泉山遗址、青龙镇遗址（青龙塔），探寻上海历史文脉，同时串联起欧陆风情建筑遍布的夏都小镇，以及由日本建筑大师安藤忠雄操刀设计的元祖梦世界。

- 线路1：国家会展中心→绿地全球贸易港→夏都小镇
- 线路2：上海崧泽遗址博物馆→元祖梦世界→福泉山遗址→青龙塔



新城城市风貌新发现

通过古典园林、著名设计师的建筑探访，展现青浦新城的崭新魅力，融古汇今，文化碰撞，每一座建筑都值得游客细细品读。



- 线路3：青浦图书馆→青浦博物馆→青溪园（万寿塔）→上海曲水园
- 线路4：水城门→万达茂→上善广场

青西魅力古镇新发现

不仅汇集了青浦观赏价值颇高的文物建筑，亦不乏优秀历史建筑的活化利用。有心探寻，有“新”发现，这就是乐在其中的青浦建筑“悦”读体验。



- 线路5- 甬里新发现：朱家角古镇（课植园、阿婆茶楼、放生桥、中南·朱里雅集）→张马景区（泖塔、太阳岛、寻梦源）
- 线路6- 桥乡新发现：青西郊野公园→莲湖村→金泽古镇（普济桥、金泽放生桥、如意桥、迎祥桥、普庆桥）→元荡慢行桥→上海大观园
- 线路7- 伟人故里新发现：陈云纪念馆→练塘古镇→东庄村

广告