

# 开年如何大口大口吃好饭?

## 口腔大咖魏兵指导缺牙修复攻略,“老掉牙”也能有口福!

春节期间家人团聚,幸福美满,可牙不好面对美食咬不动,嚼不烂,太煞风景!朋友相聚,推杯换盏,缺牙烂牙形象受损!

新民健康节后送口福啦!即日起报名开年爱牙专场种植大咖活动,现场解读各类口腔疑难,赠送百份爱牙大礼包!

### 没牙太显老 老姐妹聚会被“取笑”

今年过年,家住长宁区的张阿姨可谓很糟心,“后悔没有及时处理我的缺牙,过年期间好吃的东西都咬不动,吃不下,跟老姐妹们聚会,他们说我怎么越来越显老了。”

张阿姨表示,自己有一大半的牙齿都掉光了,因为一直怕看牙,就一直拖,结果情况越来越糟糕,腊肉、牛羊肉煮烂了也嚼不动,而且双颊由于牙齿的缺失也出现了凹陷,再加上吃不好精神不济,整个人看上去足足老了十岁!

### 为何扎堆咨询口腔问题 及时修复才能有口福

除了张阿姨,很多人想恢复一口好牙的愿望非常强烈,在咨询爱牙讲座的时间,想预约口腔大咖,问问缺牙修复的相关问题。

知名口腔健康管理专家魏兵表示,现在修复缺牙更有利于健康,一年之计在于春,365天吃不好饭,身体自然慢慢变虚,作为口腔医生,她非常建议缺牙市民重视缺牙问题,并根据个人情况制定的人性化口腔修复方案,才是目前缺牙人群正确的修复方向。

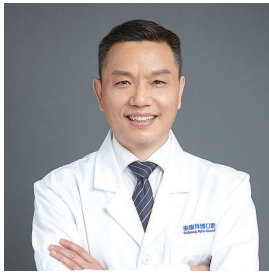
个性化的缺牙修复,是根据每个人的诉求、口内情况、经济条件制定的专属方案,首先会保证修复后能想吃就吃,咀嚼功能媲美真牙;其次也会让修复时间更短、创伤更小。

#### 特邀嘉宾



魏兵

知名齿科疑难种植总监  
口腔健康管理专家  
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  
多档电视节目特邀口腔专家  
毕业于中国医科大学



谢家敏

博士、主任医师  
研究生导师、副教授  
知名口腔疑难种植总监  
上海口腔质控专家  
Nobel青年讲师、Straumann特邀讲师  
Nobel首批全数字化种植认证医师



舒凌

知名口腔医院种植院长、疑难种植专家  
知名口腔医院种植总监  
法兰克福大学种植硕士  
ICOI国际种植医学学会研究员  
美国AAID种植协会会员  
德国卡瓦ABT种植系统特邀讲师  
韩国DENTIUM种植系统特邀讲师

### 牙健康问题 怎么解决才合适? 专家来支招!

牙齿严重缺失、有口腔疑难、常规修复困难的市民,可通过爱牙热线报名参加,同时,开年口福专场将由知名口腔大咖面对面在线咨询答疑,评估口腔条件,定制全方位的口腔保健指导,缺牙的市民可不要错过!

#### 电话报名享新春爱牙福利

- ①全面评估口内环境,给出权威建议
- ②开通大咖绿色通道,免费制定口腔保健方案
- ③特邀明星口腔专家面对面云宣教答疑
- ④为牙齿缺失多、半口或全口缺牙者提供进一步健康指导方案

#### 新民健康报名咨询热线

021-52921992

或编辑短信“爱牙+姓名+联系方式”  
发送至:13331917156

#### 健康小百科

## 过期药品的正确处理方式

我国药监部门做过一项调查:在我国,约有78.6%的家庭存有备用药品,52.4%的家庭设有家庭小药箱,但高达73.6%的家庭却忽视了药品的储存条件,近半数家庭没有定期清理过期药品的习惯。

关于过期药品的处理,九成被调查者有将过期药品随意丢弃的经历;部分人表示担心过期药物重新流入市场,会将包装拆除进行丢弃,或者将药物冲入下水道;甚至有个别人会将药物卖给“高价收药”的药贩子。这些方法皆不可取,过期药品扔也不是,留也不是,到底该如何处理呢?

值得注意的是,药品过期,不仅仅只看有效期,有些药品虽然仍在有效期内,但可能已失去药效。如:该冷藏的没冷藏,该密封的没密封,极易导致药品变质失效,包括出现糖浆发霉、蜜丸生虫、维生素类氧化、抗生素类降解、蛋白类变性等现象。

还有些特殊药品,有效期与开封日期密切相关:

眼药水:开封时间超过1个月,建议将其视为过期药品,因为开封后的眼药水极易在使用和保存过程中被泪液及空气中的微生物污染,建议开封后1个月内用完;

瓶装口服液:开封后,在其规定的贮存条件下,保存时间一般在2个月左右;

分包装药品:零散类药品建议1个月内用完;

胰岛素:开封之前放冰箱冷藏,一旦开封启用,放室温下不超过1个月;

硝酸甘油:开封后只有半年的有效期,超期服用药效下降,不能发挥其缓解心绞痛的作用。

由此可见,家庭小药箱应当经常清理,过期的要坚决扔掉,需要补充的及时更新。

过期药品不仅本身没有价值,而且会产生许多危害,若处理不当,就会变成“害人药”。过期药品不经任何处理就同生活垃圾一同扔进垃圾箱,不仅会诱发疾病危害人体健康,还会污染环境;随意丢弃过期药品则容易被不法商贩重新包装、重复销售,儿童捡拾后引起药物中毒等严重后果。

清理过期药品并不意味着将其随意丢弃,大家可以这样做:

对于家庭过期药品,应该像回收废旧电池一样,纳入专门的收集销毁系统;

片剂、丸剂、胶囊的药品,应先用纸包好再投入垃圾箱内丢弃;

滴眼液、外用药水、口服液等液体制剂,应在彼此不混杂的情况下,分别倒入下水道冲走;

软膏剂药品,应将药膏从容器中挤出,收集于某包装内封好后丢弃;

喷雾剂药品应在户外、空气较流通的地方,避免接触明火条件下,彻底排空;

水剂、针剂类的注射药品切勿擅自开启,应连同其完整外包装一起投入垃圾箱内。

(孙黎)

本版块活动为公益活动,不向参加者推荐医疗服务或者其他商品,相关信息仅供参考。



科/学/带/来/健/康



保健食品  
卫食健字(1999)第133号  
中华人民共和国卫生部  
苏食健广审(文)第220316-00005号

## 中科灵芝孢子胶囊

中国科学院科技产品销售网络成员

江苏省中药现代化工程技术中心

江苏省苏南国家自主创新示范区瞪羚企业



首购312元/瓶

广告

咨询热线 021-34010789/64311772

地址:上海市徐汇区肇嘉浜路526号中科专卖店

◎南京中科药业有限公司出品

◎适宜人群:免疫力低下者

◎保健食品不是药物,不能代替药物治疗疾病

◎不适宜人群:无

