

免费招募30名缺牙、松牙患者,了解松牙固定、残根不拔新思路

无手术,不受罪,修复满口好牙,才能畅吃各类美食

“牙齿不好太遭罪,平时只能吃点煮得软烂的食物。周末一家人团聚,原本享受美食应该是乐事,现在吃饭完全成为例行公事了。”今年已72岁家住徐汇的黄阿姨说道,“满嘴松牙、残根,还有几颗完全脱落。吃点肉就塞牙,硬一点的还不能咬,吃饭的乐趣我是很久没享受到了。”

黄阿姨前两年为了看牙没少跑医院,医生为她设计了旧式假牙,但无法长期使用,没有根基固定的假牙,吃东西还是只能应付了事。后来医生提到趁现在口内还有好牙,把松牙、残根拔掉,统一镶上假牙,但拔牙的痛苦黄阿姨难以接受。

现代医学技术对于满足保牙条件(动度在2-3度)的松牙完全是可以保住的,无需拔牙。中老年口腔疑难杂症专家张毅医生强调:“固定住的松牙与好牙同样使用。松牙、残根切忌拖延,尽早治疗,修复的可能性越大。”

老掉牙不是自然规律

很多中老年的叔叔阿姨对于牙齿问题始终不够重视。“老掉牙”是自然规律,这是错误的观念。牙齿之所以会松动脱落,完全是因为牙周细菌在口内不断的繁殖,侵蚀牙龈组织,损坏牙根。张毅医生解释道:“牙齿就如同一棵树,当周围的土壤发生问题时,树根会遭到破坏,导致整棵树摇晃甚至坏死。牙周细菌仅靠每日的口腔清洁是无法清除的,依旧会在口腔内不断繁殖,造成牙龈红肿、出血、发黑等症状,在我们看不到的牙齿内部造成牙槽骨流失,引发牙齿松动、脱落,人老了掉牙齿并不是正常现象。”

有慢性病的中老年人口腔问题带来的危害更大。张医生说道:“高血压、糖尿病是我国中老年人的高发病,他们的口腔环境普遍不好,极易滋生牙周细菌,引发牙周炎加速牙槽骨吸收,造成牙齿松动、脱落。如不及时



治疗遏制,牙周细菌进入人体循环系统,不仅恶化慢性病程度,还造成胃肠道消化功能紊乱,带来全身性的并发症拖垮身体。”

真牙才是最适合自己的

真牙外包装一层牙周膜,吃饭时可感知食物的大小、软硬。上海的叔叔阿姨爱吃各种糕点,不同点心的酥脆口感只有自己的真牙才能感受,

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。中老年口腔专科医生高龙涛强调:“很多叔叔阿姨在纠结松牙、残根是拔是种,我的观点是能保则保,只有真牙才是最适合自己的。”

不拔牙 无挂钩修复松牙残根

过去,缺牙老人多采用的是传

统假牙,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。

“无挂钩覆盖义齿”是不依靠挂钩做固定,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。同时,将符合保留条件的残根变废为宝,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,很多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。高龙涛医生提醒:“已有缺牙松牙的中老年人,务必要尽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,越能早享好口福。”

资深中老年口腔专科医师介绍



高龙涛 中老年口腔专科 主任
中华口腔医学会会员
韩国 Osstem 种植系统认证医师
知名口腔集团附着体技术委员会专家组成员
知名口腔集团种植委员会专家组成员

擅长:松牙固定、各类牙体牙髓病治疗、冠桥修复、精密覆盖义齿类活动修复,全口无牙颌活动义齿修复。从事口腔临床近二十年,已完成数千例中老年复杂口腔颌面案例,积累了大量的全/半口修复经验。



张毅 中老年口腔专科 主任
毕业于第四军医大学
口腔牙体牙髓学硕士
中华口腔医学会会员
原广东省牙周专委会专家组成员
知名口腔集团种植委员会专家组成员

擅长:技术有松动牙固定术,全口半口精密义齿修复,烤瓷桥固定修复,牙体牙髓治疗,重度牙周炎综合序列表列治疗及微创种植。十余年公立三甲医院工作经历及多年中高端民营口腔工作经历,在牙体牙髓和口腔修复领域积累了海量成功案例。

口福月·惠老护齿 口腔专家云保牙咨询 松牙、残根、缺牙市民均可免费报名

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家组成专家团队,开启“松牙保卫战”口腔在线咨询活动。专为50岁以上中老年人提供专业全面的口腔健康咨询。

凡活动期间报名成功可享

1. 国内知名中老年口腔专家科普“无挂钩、保松牙”新理念
2. 免费中老年专科口腔健康方案制定
3. 有机会获赠中老年专用口腔护理套装(含价值36元中老年专用牙膏2支)

活动时间:10月28日—31日(全天)

新民健康咨询热线
021-52921706

或编辑短信“姓名+联系方式”
发送至19901633803参与报名!
本活动为内部福利活动,不参加其他任何医疗项目,不收取任何费用。(每次活动名额30名) 祝早日康复。

防心衰,上海远大心胸医院孙宝贵教授有话要说: 秋冬季不能“只要风度,不要温度”

秋冬季节是心力衰竭(简称心衰)发作的多发季节,尤其是因感冒发烧引起的肺部感染而诱发的心衰。上海远大心胸医院孙宝贵教授特别提醒心血管病患者:天冷了,不能“只要风度,不要温度”,要注意保暖,避免感冒。感冒会加重心脏的负担,诱发心衰急性加重。除了防范感冒以外,要避免其他各种感染,做好头部、胸口、背部、关节、足底等各重点部位的保暖措施。心衰对患者精力和体力的损耗是长期的、持续的,导致患者抵抗力下降,很容易被感染。

文/尹学兵

何为心衰

据国家心血管病中心发布的《中国心血管健康与疾病报告2020》推算统计,我国心血管病患者人数约为3.3亿人,其中心力衰竭患者约890万人。

心衰是指由于心脏的收缩功能或舒张功能发生障碍,不能将静脉回心血量充分排出心脏,导致静脉系统血液淤积,动脉系统血液灌注不足,从而引起心脏循环障碍症候群,也被称为“生命的绊脚石”,其发病率在我国逐年上升,不但给患者带来身体上的痛苦,而且造成沉重的经济、心理负担,严重者危及生命。有数据显示,约有50%心力衰竭患者在诊断5年后死亡,生存率低于多种癌症。

心衰有何征兆

心脏就像我们身体的一台水泵,把全身的血液抽上来,然后再泵向全身。而一旦水泵出现问题,血液抽不上来或者泵不出去,就会导致人体组织器官出现缺血或者淤血,从而引起疲乏无力、下肢水肿、尿少、胸闷气短、咳嗽、食欲不

振、恶心呕吐,甚至头晕等各种临床表现。

判断心衰有三大信号:第一是夜间不能平卧;第二是咳嗽咳痰,甚至胸闷气喘;第三是尿少,腿肿。除此之外,心衰患者可能还会出现活动耐力下降,全身疲乏无力,稍微一活动就心慌气短,甚至出现食欲不振、恶心、呕吐等消化道症状,我们需要尽早关注这些心衰征兆,及早发现及早治疗。

慢病患者更要防心衰

据孙宝贵教授介绍,天气逐渐变冷后,到医院就诊的老年心衰患者大多有冠心病、高血压、肺心病等病史,受气候寒冷等因素影响,出现胸闷、气喘、活动能力下降等临床表现,经心电图等检查后发现已出现心衰,需要及时加以治疗和纠正。孙宝贵教授指出,导致老年患者出现心衰的主要原因:一是与气候变化,昼夜温差大;二是有些患者未遵医嘱,导致治疗不规范、不及时。有些患有高血压、冠心病等基础疾病的患者就医不主动,还常常私自停药,没有与医生积极配合进行系统正规治疗,生活

专家简介



孙宝贵

主任医师、教授、国务院政府津贴享受者。曾任中华医学会心血管病分会、中华医学会电生理与起搏学会等12家国内学会的委员、常委、副主任委员或主任委员。承担和参加各种科研项目18项,共获省市级科研成果奖9项,国家专利5项(3项获上海市优秀发明专利奖)。

擅长冠心病、心肌病、心力衰竭、心律失常等疾病的诊断和治疗,尤其在心脏起搏、心脏电生理和射频消融术,以及PCI等介入性心脏病治疗手段方面有特殊专长。

上也不注意保健,甚至仍抽烟、喝酒、暴饮暴食,结果使病情进一步加重而发病。

心衰患者要学会自我评估

心衰患者在家,可以通过几种简单的自我评估方法,判断是不是心衰发作:

1. 晚上睡觉突然觉得憋气,坐起来就感觉好多了,这是心衰的一个表现。原因是躺着时回流到心脏的血液增多了,心脏不能完全泵出去,采取坐位后,血液留到四肢,就能达到部分缓解心衰的目的。
2. 憋气时总咳嗽,口中有白色泡沫痰或粉红色泡沫痰,脉搏细弱且跳得很快,端坐呼吸浑身冒大

使用家用制氧机补氧;及时服用改善心肌缺血的药物,如硝酸酯类药物硝酸甘油等;若血压升高,可服用降压药物。

心衰患者服药注意事项

心衰患者需要长期用药控制,按医嘱长期服药能够有效减轻症状,如心慌、胸闷、呼吸困难、疲倦乏力,从而改善心脏功能,当心脏功能得到改善后,生活质量可以得到提高。我们应该熟悉所用药物的名称、剂量、时间、方法以及可能出现的不良反应及预防措施。

服用血管扩张剂时 应注意用药期间要定时测量血压,并做记录。变动体位时动作要缓慢,以免出现头晕、眼花甚至晕倒。

服用利尿剂时 常需间歇使用,并根据病情调整剂量,患者应观察近日有无疲乏、恶心、呕吐等症状,每天应多食一些富钾的食物,如香蕉、葡萄干、菠菜、花菜、鲜橙汁等等。服用利尿剂的时间宜在早晨或日间,不要太晚,以免多次小便而影响睡眠,每天同一时间测量体重,以监测体重增加的情况,当增加迅速和较多时,提示体内水份增加,此时应控制饮水量和服用利尿剂,并做记录,等下次复诊时提供给医生做评估药效的参考。

服用洋地黄制剂时 要按医嘱剂量服用,切记漏服勿补,学会自测脉搏,当脉搏每分钟在60次以下要暂停服药,定期随访,出现恶心、呕吐、胸闷等不良反应时要停药看医生。