

# 无挂钩、非手术修复松牙、缺牙,保真牙不拔牙不遭罪

## 只有真牙才能感受到食物的软硬、酥脆,不拔牙不种牙更适合老人

“我牙齿问题挺严重的,上半嘴有松牙。嘴里大牙还缺了4颗,烂了两颗,吃东西只能用前面的牙齿稍微咀嚼几下就吞掉。这也让我肠胃经常犯,现在经常就是把食物做得软烂一点,坚果肉类什么的就别想了。”家住静安,现年74岁家住徐汇的刘爷爷提起他这一口牙很是无奈道:“而且最近几年,我发现牙齿变得特别敏感,冷热酸甜吃着都觉得难受,甚至很疼。”

刘爷爷常年有三高,平时完全靠吃药控制,并且对疼痛特别敏感。“之前去医院看过牙齿,虽然害怕拔牙,但权衡利弊还是同意拔牙再修复。”哪知刘爷爷在拔牙时见血竟浑身冒汗,并伴有呕吐。“从那以后我说啥也不敢看牙了,先这么凑合用吧,人老了牙齿松了掉了也属正常,不能吃硬的就吃点稀的、软的算了。”

“刘爷爷这种口腔情况并非必须要拔牙。”资深中老年口腔修复专家郎春娜医生说道,“只要符合条件,现代中老年口腔修复技术完全可以将松牙保住。要根据不同等级

分度,针对性治疗,松牙、残根都可以保留,与好牙同样好使。”

### 慢性老人松牙千万别拖

刘爷爷认为“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。郎春娜医生解释道:“牙齿就如同一棵树,当周围的土壤发生问题时,树根必然遭到破坏,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,从而造成牙槽骨流失,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。”郎春娜医生说道:“高血压、糖尿病是我国中老年人中的高发疾病,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

只有真牙才是最适合自己的牙齿,保留真牙对人体有三个好处。中老年口腔修复专家李小兰医生强调:第一,免除了拔牙对于中老年人的风险;第二,真牙牙根外有一层牙周膜,这层薄膜可以起到缓冲的作用,吃东西时可以避免过度咀嚼伤

及牙根牙骨,另外牙周膜还可感知食物的软硬、酥脆,食物口感只有真牙才能感受到;第三,真牙的牙根比任何假牙都要粗,除了前牙外其余牙齿牙根均有2-4个,真牙比单根假牙更加牢固耐用。

### 无挂钩覆盖义齿 不拔不种 修复松牙缺牙

“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。”李小兰医生说道。

“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。内外冠如同按钮纽扣一样,嵌合固定在一起,保住没拔的松牙。同时修复缺失牙,是目前非常适合口腔问题复杂的中老年人的新修复手段。

李小兰医生提醒:“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。”

### 免费招募50位松牙、残根、缺牙患者 口腔资深专家现场一对一咨询牙齿健康问题

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”口腔健康咨询活动。专为50岁以上中老年人提供专业全面的口腔健康咨询。

活动时间:8月22日—30日(全天)

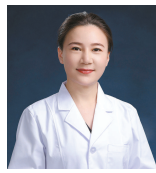
#### ■报名成功

1. 专家现场科普“无挂钩、保松牙、不拔牙”新理念
2. 国内知名中老年口腔专家亲临,免费咨询答疑
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)

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!

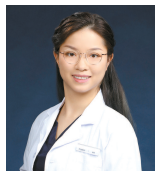
### ■资深中老年口腔专科专家介绍



#### 郎春娜

资深中老年口腔修复专家

**擅长:**套筒冠修复、根管治疗、牙体牙髓治疗、冠桥修复、精密附着体修复、种植牙修复、全口义齿及活动义齿修复治疗等。从事口腔临床工作二十余年,尤其在老年疑难诊疗方面,积累了丰富的临床经验。



#### 李小兰

中老年口腔疑难杂症专家

**擅长:**根管治疗、牙体牙髓治疗、冠桥修复、精密附着体修复、种植牙修复、全口义齿及活动义齿修复治疗等。国内知名口腔机构任职多年,有丰富的理论知识和较强的临床操作经验。已完成口腔修复千余例。

Email:dzlx@xmwb.com.cn  
主办:上海市慈善基金会 新民晚报社



蓝天下的至爱

2024年8月21日 星期三  
编辑:青柳曼 视觉:竹建英

新民晚报

# 上海儿童医学中心举办“糖宝夏令营”

## 既有专家课堂讲解健康管理知识,也有丰富互动活动寓教于乐

8月18日,由中国出生缺陷干预救助基金会、上海市慈善基金会主办,上海交通大学医学院附属上海儿童医学中心、中国出生缺陷干预救助基金会糖尿病干预救助专项基金承办的2024“温暖童行 甜蜜未来”上海儿童医学中心糖宝夏令营在上海浦东圆满结束。本次夏令营以“温暖童行 甜蜜未来”为主题,邀请了来自上海儿童医学中心的专家为30组患儿家长和孩子们带来了一场丰富多彩的学习体验。夏令营活动获得信理理财有限责任公司、上海宝贝之家困境儿童关爱中心等爱心单位的大力支持。

开营仪式上,内分泌科主任医师王秀敏致辞,表达了对孩子和家长的关怀,并强调了糖尿病管理的重要性。随后,专家们针对糖尿病儿童的管理、营养、心理和睡眠健康等方面,分别进行讲解。内分泌科副主任医师丁宇教授的“儿童糖尿病管理新进展”讲座,让家长们了解了最新的糖尿病治疗理念和管理方法;营养科主管营养师赵卓琦则为家长们提供了合理的膳食搭配方案。来自上海儿童医学中心发育行为儿科的心理咨询治疗师王广海以“糖宝心理与睡眠健康家庭管理”为

主题,分享了如何帮助患儿缓解压力、改善睡眠,以及如何如何进行家庭管理等实用技巧。

夏令营当天还设置了丰富多彩的互动环节:举办亲子知识问答竞赛,让家长和孩子在欢乐的氛围中学习糖尿病相关知识;在手工制作绘画活动中,小朋友们在社工团队和志愿者的陪伴下,发挥自己的想象力和动手能力,享受自己的奇思妙想的世界;冰球运动则让孩子们在学习娱乐之余增加适当的运动量。此外,中国出生缺陷干预救助基金会糖尿病干预救助专项基金项目负责人蒋婷婷向大家介

绍了基金会的公益项目和救助服务,并鼓励家长积极参与公益活动,共同帮助糖尿病患儿。

本次夏令营还组织糖宝家庭参观上海海洋水族馆。孩子们在奇妙的海底世界中,感受着海洋生物的魅力,探索未知的世界。

未来,中国出生缺陷干预救助基金会将继续联合项目医院、社会爱心单位的力量致力于1型糖尿病患儿的帮助,呼吁社会关爱糖尿病儿童,帮助他们健康快乐地成长。2024年8月23日苏州大学附属儿童医院糖宝夏令营活动即将开启。  
李一能

### 云南红河一中女足来沪观摩

由上海海港足球俱乐部、上海市慈善基金会长宁区代表处主办的“云南红河一中女足来沪观摩学习团”日前到沪。

这支队伍由22名女足队员和三名教练员组成,都是农家子女。建队之初,没有训练场地,只得在水泥地上训练。就是这样一支队伍,五次荣获省亚军,五次蝉联州联赛冠军。9名队员荣获国家一级运动员等级证书,先后有52名队员荣获国家二级运动员等级证书,被社会各界誉为“山沟沟里飞出的金凤凰”。

此次来访她们将前往东方绿舟海港俱乐部青训基地,与海港14岁梯队青训队员们组织对抗赛,参观海港足球俱乐部主场基地上汽浦东足球场,观摩2024上海明日之星冠军杯足球赛半决赛,参观和答谢根宝足球基地,并与基地教练及队员现场交流。据悉,根宝足球基地先后向红河一中男子和女子足球队捐赠了近40万元运动用品。  
李一能

# 松江区电动载人爬楼机服务公益项目推进会召开

8月12日下午,松江区电动载人爬楼机服务公益项目推进会议,在岳阳街道党群服务中心5楼小剧场召开。会上,上海展大实业有限公司总裁黄国光作项目介绍,市慈善基金会松江区代表处财务部部长高芝军解读了爬楼机项目试行办法,岳阳街道办事处副主任、慈善工作站站长侯雷就推进工作进行了具体部署。

岳阳街道党工委副书记、办事

处主任施佩丽表示,要以此次试点任务为契机,以缓解“悬空老人”出行困难的痛点难点为突破口,积极探索老旧小区养老服务新模式、不断完善养老服务体系、持续强化养老服务水平。要强化责任担当,加快推进爬楼机项目落地见效。提高主动性,实现从“人找服务”到“服务找人”;提高协同性,实现从“分头行动”到“高效联动”;提高持续性,实现从“单个试点”到“逐步

推广”。要完善工作机制,稳步推进老年友好型社区建设。

上海市慈善基金会松江区代表处副会长兼秘书长景玉龙表示,爬楼机项目是市慈善基金会“孝亲敬老”慈善公益项目市、区、街道“三级联动”在松江区的生动实践,由慈善基金会、民政局、残联“三牵头”“政企社”联动模式也是全市爬楼机项目的首创。希望有关各方积极推进项目落地落

实,确保宣传发动到位、安全保障到位、合作联动到位,让这项孝亲敬老、惠民利民的暖心服务送到有需求的群众身边,让更多符合爬楼机服务条件的老年人、残疾人、重大疾病患者走出家门,畅享生活、就医的便捷。同时希望岳阳街道从先行试点走向先行示范,为后续爬楼机项目在全区推广提供样板经验。  
李一能