

# “镶一副最好的假牙”误区在哪里

## 全国爱牙日前,走进口腔修复科看牙齿“精装修”

### 什么样的假牙最好?

李先生最近拔除了一颗严重龋坏的无法保留的患牙,他确诊糖尿病多年,之前因为冠心病做过心脏手术治疗。他来到九院口腔修复科就诊,要求“镶一副最好的假牙”。

口腔修复科主任胥春说,如果只是牙冠局部折断、缺损,剩余部分牙冠以及牙根可以保留,并在此基础上进行牙冠、桩核冠等修复。如果牙齿已经连根拔掉了,修复方案则包括活动义齿、固定义齿、种植义齿等。“医生根据患者的实际情况推荐最适合的方案,各种方案有利有弊,没有最好,只有最适合的。”

“您有糖尿病,且有冠心病史,种植手术存在一定风险。您的缺牙部位两侧基牙健康、稳固,可以考虑以搭桥的方式,做一组三颗牙冠的全瓷桥,符合力学原理,咀嚼功能好,而且牙齿外观色泽接近天然牙,美观度佳。”胥春告诉李先生。李先生了解后,最终选择接受固定义齿修复。

### 残根残冠,并非都要强行保留

张老伯70多岁,平时对口腔和牙齿健康不太注意,口里面有颗烂牙,最近又有几颗大牙断掉了,现在咀嚼东西很困难,于是到九院口腔修复科镶牙。胥春为张老伯做了仔细的检查,制定了治疗方案,建议张老伯到口腔外科把口里面的多颗残根、残冠拔掉,待拔牙的创口愈合

### 第 医 线

口腔修复,俗称“镶牙”,主要是采用人工装置修复口腔及颌面部缺损并恢复其功能的治疗,比如采用义齿(假牙)修复缺失的牙齿,所以也有人称它是光明正大“造假”的科室。

“牙齿缺损修复、固定义齿修复、可摘局部义齿修复、全口义齿修复、颞下颌关节疾病的修复治疗、颌复及种植义齿修复,是我们口修科的主要业务。”9月20日是全国爱牙日,上海第九人民医院口腔修复科主任胥春告诉记者,口腔修复科做的事,如同给牙齿“精装修”,让牙齿缺损、缺失的人重新拥有健康美观的牙齿。

后为其制作义齿。“我听人家说,自己的牙齿,牙根不要拔掉,留着对镶牙更好,这些牙是不是还可以留一留啊?”张老伯提出了疑问。

胥春说,其实牙齿缺损缺损的患者有很多,包括龋齿、外伤、牙周疾病等各种原因,因此修复治疗需求很大。但对牙齿缺失缺损后的修复问题,患者容易走进两个极端,一是牙齿即使缺损缺失了也不去医院,等所有牙齿掉光了再说;二是残留的牙齿、牙根即便不好了也硬要保留。

很多患者都听说过“残根残冠别轻易拔”这种说法,但残根残冠是否应该保留要视牙



胥春诊疗中

奚荣佩 摄

齿缺损的状况、剩余牙根长度,以及牙周健康状况等综合决定。如果该残根残冠经治疗还可作为某种修复体的基牙,那么就可试行治疗后保留;如果该残根残冠牙体组织缺损过多,或牙周、根尖周疾病严重、治疗效果不佳,或对义齿修复造成妨碍,则应拔除,以免成为潜在的感染源。

### 牙齿修复,不能只重美观

口腔修复科的患者其实并不都是“老掉牙”的老年人,还有一些因牙齿不整齐、不美观而影响外貌甚至社交的中青年人,他们也

是这个科室的常客。最近,胥春就遇到了一个20多岁的大学毕业生小王,想要给牙齿做瓷贴面。小王从小就因牙齿不整齐而自卑,她听说瓷贴面不仅美观,还能让原本不整齐的牙齿变齐。

所谓的“贴面”,就是给牙齿表面穿上一件新外衣,近年来逐渐成为主流的微创牙体修复形式之一。但是,贴面治疗有它的适应证和非适应证。它能修复牙体的缺损、改善牙齿的颜色,改善轻微的牙齿排列不齐,但贴面治疗或多或少需磨掉部分牙体组织,所以对牙齿还是有一定损伤的,而且贴面治疗后也有相应的注意事项,比如不能用贴面治疗后的牙齿啃咬食物等。胥春为小王仔细检查后,发现她的牙列不齐较为严重,建议她到口腔正畸科接受牙列不齐的矫正治疗。

现在很多人为了拥有一口洁白美丽的牙齿,不是去贴面就是全口烤瓷冠、全瓷冠,这种做法并不值得提倡。“一个正规的口腔修复科医生,绝不会推荐患者只是为了追求牙齿的美观而盲目地做这些尝试。”胥春告诉记者,时常会在门诊遇到满口烤瓷冠、全瓷冠修复后的患者,都是之前因为牙列不齐等原因被其他牙医磨掉了原本的天然牙齿,安装上了“美丽的”烤瓷冠、全瓷冠,之后不久牙齿、牙周健康就出现问题,而要恢复牙齿、牙周的健康则需要付出很大的努力和代价。

本报记者 左妍

## 如何改善阿尔茨海默病患者认知能力 平衡膳食模式或有帮助

本符合推荐量,但在具体食物种类的选择上却存在明显偏差。特别是全谷物和薯类的摄入量远低于指南建议,这在一定程度上影响了饮食的整体营养价值和健康效益。此外,在蛋类、水果、鱼虾、蔬菜及奶类等富含多种营养素的食物摄入方面,AD患者普遍摄入量不足,远低于膳食指南的推荐标准。与之形成对比的是,大豆及其制品的摄入量异常偏高,达到了推荐摄入量的1.9倍,这种不均衡的膳食模式可能对患者的健康产生不利影响。

在能量摄入方面,调查结果同样令人担忧。我国AD患者的人均每日每标准人日能量摄入量仅为1128.1kcal,远低于老年人群的

膳食推荐摄入量,也低于2015年全国老年人群的平均膳食能量摄入水平。这表明,AD患者在能量摄入上可能存在不足,这可能会进一步影响其身体机能和健康状况。

此外,本次调查还揭示了膳食炎症指数(dietary inflammatory index, DII)与患者认知障碍风险之间的密切关系。“我国AD患者群体在日常饮食中更倾向于选择那些具有促炎性质的食物,而这种饮食习惯很可能成为加剧其认知障碍风险的一个重要因素。”仁济医院神经内科主任王刚介绍。值得注意的是,不同地区患者的DII水平也呈现出显著差异,进一步表明不同地区间饮食习惯对认知健康

可能产生的不同影响。

王刚建议,我国AD及相关认知障碍患者应更加注重平衡膳食模式的构建。通过增加全谷物、薯类、果蔬、鱼虾及奶类等健康食物的摄入,减少促炎性食物的比例,以降低饮食对身体的炎症反应,从而维护患者的认知功能和生活质量。同时,患者及其家属应密切关注能量摄入情况,确保患者获得足够的能量,支持身体机能的正常运转。

中国老年保健学会阿尔茨海默病分会主任委员、中国人民解放军总医院第一医学中心神经内科主任医师解恒革教授说,新出炉的《2024中国阿尔茨海默病患者膳食与营养报告》不仅揭示了阿尔茨海默病与膳食营养之间错综复杂的联系,更为后续制定个性化、高效的干预措施与管理方案提供了策略。加强对阿尔茨海默病患者膳食与营养的重视与关注,将是推动健康老龄化进程、显著提升老年人生活质量的关键步骤。 本报记者 左妍

## 新兵 奔军营

■ 新兵们整装待发奔赴军营  
本报记者 张龙 摄



本报讯(记者 解敏)今天上午,本市举行下半年新兵欢送仪式,市委常委、警备区政委胡世军等军地领导出席仪式,与新兵握手话别。

今年本市上、下半年所征大学毕业生新兵分别占上、下半年新兵总数72.5%、79.1%,全年所征大学毕业生新兵占全年新兵总数的75.9%,再创历史新高。

新兵们身着崭新军装、胸戴大红花,个个精神抖擞、意气风发,脸上洋溢着参军报国的坚定信心和绿色军营的热烈

向往。

来自上海财经大学的新兵李沛阳说,曾祖父是一名老红军,在解放战争中英勇牺牲,今天他能成为一名光荣的军人,是对曾祖父最好的告慰,他将在未来的军旅生涯中赓续红色血脉、矢志强军精武,书写挺膺担当的青春篇章。嘉定镇街道新兵金圣韬郑重承诺,到部队后一定会刻苦训练,树牢吃苦在前、甘愿奉献的思想,尽快从一名地方青年成长为一名合格的军人,绝不辜负家乡父老的殷切期望。

## 别信别传“台风谣言”

纪 玉



### 今日论语

台风“贝碧嘉”影响上海期间,网上出现“上海有人因台风被吹落高坠”的谣言。警方通报,8名编造传播谣言的违法人员已被依法处罚。

台风来袭,一些谣言也趁机“登陆”,干扰人们对真实情况的判断。像上述“有人被吹落高坠”谣言,传播时还配发了视频,看似“有视频有真相”,实际上是“张冠李戴”,视频内容系外省市有人跳楼轻生。

应对台风,真实信息的及时传播至关重要,人们也急于从各种渠道了解最新情况,为下一步行动提供依据。谣言不仅无谓地占据人们的注意力,影响真实信息的传递,还可能引起恐慌,误导人们的行动。更让人担心的是,虚假的“紧急情况”可能降低人们的敏感度,在真正的险情即

将到来时没有及时采取避险措施。

近年来关于台风的谣言,可以梳理出一些套路:有的谣言或是拼接旧视频,或是以影视特效为素材,制造“真实”的画面感;有的谣言夸大伤亡人数、编造次生灾情;有的谣言将真实事件“移花接木”到多地……了解谣言的套路,是为了更好地识破这些套路,提高辨别信息真伪的能力。对公众来说,要更多地从权威机构、主流媒体等获取信息,不要轻信不明来源的信息,更不要急于传播;在网传信息面前要保持冷静与理性,可以通过检索等方式进行核实,查看是否有其他可靠信源佐证。

今天,台风“普拉桑”已在影响上海。防止谣言“添乱”,既需要有关部门、媒体等及时辟谣止谣,网络平台及时标识未经证实内容、屏蔽谣言,也需要人们增强定力,不信谣、不传谣。越是非常时期,越要多一分冷静思考和理性判断,避免成为谣言的“二传手”。