

# 残根松牙竟是“健康卫士”？ 只要符合条件，中老年人牙齿修复无需手术、不需拔牙种牙！ 4月底前！原三甲医院资深医师、中老年口腔专科医师现场健康咨询！

“以前以为牙松了只能拔，结果越拔身体越差！”80岁的王伯伯曾因重度牙周炎拔除6颗牙，术后感染住院两周，体重暴跌15斤。最新检查显示，他的骨密度已低于同龄人30%。资深中老年口腔专家杜文钰指出：“牙齿是健康‘晴雨表’，盲目拔牙会加速牙槽骨流失，引发连锁反应。”

◎ 资深中老年专科口腔修复专家

## 松牙、残牙： 晚年生活的隐形“绊脚石”！

家住浦东新区的李阿姨，曾因满口松牙、残根无法咀嚼，常年喝粥导致营养不良。辗转多家医院，很多医生都建议“把烂牙、松牙拔掉后再种牙”，但患有高血压的她手术类操作风险极高，短时间内也无法把牙齿修复好，反而给李阿姨的身体带来更大的痛苦。

“比起拔牙再镶，李阿姨这种情况更适合的修复方式莫过于保留自己的真牙。”资深中老年口腔修复专家高龙涛医生建议道：“现代中老年口腔修复技术完全可以将松牙保住，只要符合条件，松牙、残牙都可以保留，与好牙同样好使，无需

依靠挂钩来固定，不受罪，少创伤，更适合李阿姨这类老年人。”

## 拔牙是下下策！保留真牙才更好！

“牙齿松动就像树根周围的土松了，填土固根远比砍树明智。”中老年口腔专家杜文钰医生解释，真牙根外的牙周膜能感知食物软硬，这是假牙无法替代的“智能传感器”。此外，保留残根可刺激牙槽骨，延缓面部塌陷。盲目拔牙不仅痛苦，对高血压、糖尿病患者更是隐患——凝血功能差、感染风险高，甚至可能诱发心脑血管疾病的发生。

尤其年龄增大后，牙齿易维护、保持牙龈的健康、减缓牙槽骨的吸收，对中老年人来说非常重要。

### 少拔牙 少创伤

- ☑ 松牙能固定
- ☑ 残根不用拔
- ☑ 全力保真牙

“好牙归舍，好景常乐”  
中老年人牙齿修复需牢记：  
能修不拔，能保不拔

## 中老年松牙、缺牙该如何应对？ 无挂钩覆盖义齿：不拔不种，守护真牙！

在传统观念中，缺牙老人往往佩戴依赖利用钩子固定在真牙上的传统假牙，或者选择拔牙后通过手术类操作镶复假牙。传统的挂钩假牙对基牙要求高，不够坚固的松动牙往往需要拔除，这让很多不敢拔牙或不拔牙的中老年人望而却步，无论选择“缺牙到底”，还是“冒险拔牙”，都可能对老年人的身体造成不小的伤害。

中老年口腔专家高龙涛医生说道：“中老年人的口腔问题相对比较复杂，要综合考量中老年人的身体特征、心理特征和口腔特征，以安全少创伤为基

础，尽可能少拔牙并将缺失牙齿一起修复，这样才更适合中老年人。”

对于多数符合条件的松牙、残根，无挂钩覆盖义齿可以避免手术创伤，避免了传统挂钩假牙的弊端，不依靠挂钩做固定，利用夹板原理固定松牙与残根，分散了咬合力，非常适合口腔环境复杂的中老年人。

留住真牙，留住生活质量！一口好牙不仅能享受美食，更是维持体力、社交自信的关键。中老年人牙齿修复需牢记：“能修不拔，能保不拔”，选择专业机构评估，让每一颗真牙都成为健康晚年的基石。

## 资深中老年口腔修复专家在线提供口腔健康咨询 松牙、缺牙、残牙市民均可免费报名

为助力更多中老年人摆脱缺牙、松牙困扰，新民健康联合沪上资深中老年口腔专家团队，开启保护真牙现场口腔健康咨询活动。专为中老年朋友提供专业全面的口腔健康咨询。

活动时间：2025年4月24日至30日(全天)

### ■ 报名享有以下福利

- ① 专家现场科普“无挂钩、保松牙、保残根”理念
- ② 为缺牙多、松牙多、残根多者，提供一对一咨询解答
- ③ 免费定制口腔保健方案
- ④ 有机会获得价值56元的礼品

新民健康咨询热线：021—52921615  
或编辑短信“姓名+联系方式”发送至18116307813参与报名！  
(每次活动名额限30名)

## 高龙涛 中老年口腔专科 资深专家

近二十年临床经验，曾于上海市第九人民医院进修，倡导“健康保牙”的修复理念，完成数千例中老年复杂口腔修复案例，多次参加各地举办的口腔医学学习峰会和行业内部交流分享。  
擅长：中老年松牙固定、复杂根管治疗、精密覆盖义齿修复、牙体牙髓病治疗、冠桥修复、全口无牙颌修复、数字化种植等。



## 杜文钰 中老年口腔专科 资深专家

20余年的临床经验，曾任职于三甲综合医院口腔科，深入研究中老年人群的口腔问题，完成口腔修复千余例。从业期间，完成北京大学口腔医学院“数字化复杂牙种植”等高级种植培训认证，具备多年高等一流医学教育和工作经验。倡导“少拔牙、少创伤”的修复理念，对中老年复杂口腔问题有独到的见解。



擅长：松动牙保留、牙周病诊治、中老年口腔多发常见疾病、中老年复杂根管治疗、全牙列重度磨损、精密附着体修复及微创种植修复。

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

2025年4月23日 星期三  
编辑:王蕾  
新民晚报

4月12日，上海市交通卡收藏协会成立十周年纪念活动在上海市慈善基金会长宁区代表处举行。本次活动以线下募捐的形式，号召协会会员以及市民进行爱心捐款，募集的善款将全部用于上海市慈善基金会长宁区代表处“不是孤儿的孤儿”项目。

当天上午，在上海市慈善基金会长宁区代表处一楼大厅，数十名交通卡收藏协会的会员、慕名而来的交通卡收藏爱好者纷纷献出爱心，捐赠达标者还可获得由协会推出的纪念卡。“作为一名老会员，用自己的一份爱心庆祝协会成立十周年非常有意义。”协会会员华强表示，得知协会发起这次特殊的捐款活动后，他便第一时间和协会秘书处取得联系，表达了捐款的意愿。

此次前来捐款的会员中有不少年轻人。“00后”的王勤业是协会新晋会员，虽然入会时间不长，但是收藏的各类交通卡已有

# 上海市交通卡收藏协会十年募爱，以慈善行动庆生 藏友捐资7万多元温暖云南“事实孤儿”

上千种。对于此次协会组织的爱心捐款活动，他表示：“参加协会短短一年多时间，深切地感受到协会不仅是我们藏友的交流平台，作为一个公益性社会组织，它也是服务社会、奉献爱心的平台。”

会员们不仅自己踊跃献出爱心，还带动家人加入本次慈善募捐活动。爱心人士曹悻虽然不是协会会员，但当她身为协会会员的父亲口中得知此次活动后，便主动把自己的首月工资加上部分积蓄共1万元捐赠出来。当将捐款交到工作人员手中时，她动情地说道：“我以前也从事过对口帮扶的相关工作，去云南山区了解当地一些学校、小朋友的真实情况，希望通过这次活动尽自己的一份力量，帮助他们改善学习和生活条件，

让爱心传递下去。”

类似曹悻这样的爱心人士并不少，当天活动现场，还来了两位特别的爱心人士——在读学生方诗语和李好潼，两名学生分别捐出了自己的奖学金和压岁钱。“过去我通过义卖去捐款，今天这次活动对我来说具有特别的纪念意义，因为这是我第一次拿奖学金，用这份奖学金来帮助云南山区的孩子们，是体现价值的最好途径。”方诗语说道。

此次募捐活动共筹集善款7万多元，将全部用于市慈善基金会长宁区代表处成立的“不是孤儿的孤儿”项目中。该项目的受助对象为云南省红河州红河、金平、绿春三县的特殊困难儿童，这些儿童虽然不是真正的孤儿，但是均因“父亲离世、母亲改嫁”而成为“事实

孤儿”。上海市交通卡收藏协会党支部书记陆家伟表示：“前期市慈善基金会长宁区代表处已经做好困难儿童的排摸工作，我们将尽快把这些捐款以现金的形式发放到困难儿童的手中，帮助他们用于购买学习资料。”

成立十年来，上海市交通卡收藏协会坚持“服务会员、服务社会”的办会理念，以一枚枚交通卡为载体，集聚起300多名会员和更多的交通卡收藏爱好者的力量，多次组织爱心募捐等社会公益活动。协会会长周威表示：“在协会成立十周年之际，我们将继续把践行公益、奉献社会与交通卡收藏文化推广结合起来，通过与更多慈善公益组织进行深度合作，更好地发挥协会服务社会的作用。”  
李一能

## “世界读书日”一起来捐书

捐书，看似微不足道，却切切实实地为有需要的人们增添了一抹生活亮色。

4月22日9时前，位于人民北路1061号底楼的松江慈善捐赠大厅迎来了一拨又一拨前来捐书的孩子。他们中间有幼儿园小朋友，也有小学和初中年龄段的孩子，家长和孩子们放弃休息，带着满满的爱心，让家中闲置的“爱书们”飘向更加需要它们的地方，让书中的知识和阅读的快乐心手相传。截至中午时分，松江慈善共收到孩子们捐赠的图书32批次516册。

图书捐赠环节结束后，30余组亲子家庭

认真聆听了区爱心助困志愿者协会秘书长方林芳老师对此批图书捐赠地之一——云南省昭通市镇雄县以古镇岩洞脚村，以及那里孩子们生活和学习条件的情况介绍。此次分享，对于每一位家长和孩子来说，都增加了一份“珍惜当下美好生活、尽己所能关爱弱者”的大爱精神。

在“书签寄语DIY”环节，学童公益的康丽娜老师带领大家制作透明压花书签。带着孩子和家长的美好祝福，一枚枚精巧漂亮的书签将与捐赠图书一起跨越山海，送到乡村孩子们的手上。  
李一能

## 克拉玛依先心病患儿抵沪手术

经过前期筛查和沟通、准备工作，来自克拉玛依的3名先心病患儿家庭日前抵达上海，在复旦大学附属儿科医院开启治疗。

上个月，在上海市慈善基金会的指导和上海援克指挥部的协调推动下，市慈善基金会“尚远爱心”公益专项基金与“童心援”小儿先心病救治专项基金携手启动针对克拉玛依先心病患儿的公益手术项目。在克拉玛依市妇幼保健院前期排摸基础上，项目组成员和复旦大学附属儿科医院医护人员前往克拉玛依，对30多名患儿进行了筛查诊疗，其中3名需尽快接受手术治疗。在对患

儿家庭进行了实地深入探访后，各方开始着手准备此次来沪之行。

其间，医疗队还开展“输血+造血”双轨帮扶，复旦大学附属儿科医院心胸外科副主任张惠锋受克拉玛依市卫健委之邀，针对先心病患儿的早期发现和早期及时诊治，对市妇幼保健院医生和克拉玛依市相关医护人员开展了一次线上线下相结合的业务培训。

4月20日，先心病患儿家庭顺利抵沪，专项基金为患儿家庭特别准备了贴心的生活大礼包，预祝孩子们手术顺利、早日康复。  
李一能