

别让牙齿松动及缺牙,成为晚年生活的隐形遗憾!

不拔不种、无手术,无挂钩镶复更适合老年人

中国老龄化社会已经到来,晚年健康生活很重要。牙齿作为人体的器官,不仅关乎我们的日常饮食和语言功能,还与我们的寿命息息相关!根据2021年《BMC Oral Health》期刊所做的一项《牙齿数量与全因死亡率和疾病特异性死亡率相关》研究数据显示:牙齿数量少的人,全因死亡率和疾病特异性死亡率比较高。

牙齿不好会从哪几个方面影响寿命?

- 1、牙齿健康与营养摄入有关。牙齿是咀嚼食物的第一道关卡,它们将食物切碎和磨碎,使之更容易消化和吸收,如果牙齿缺失,功能不良,会导致食物咀嚼不充分,造成消化不良,影响营养摄入。长期的营养不均衡,不仅会影响身体健康,还可能缩短寿命!
- 2、牙齿与全身疾病的关系。口腔健康问题,如牙周病与多种全身性疾病有关。例如:牙周病与心血管疾病、糖尿病、呼吸系统疾病等存在相关联。这些疾病都是影响寿命的重要因素。
- 3、牙齿与生活质量有关。良好的牙齿状况有助于保持生活质量,牙齿美观功能正常,没有口臭,可以提升个人的自信心,促进社交活动。相反,牙齿的问题可能导致社交的尴尬。如果因

此出现孤独或抑郁状态,将影响心理健康,继而影响寿命。

4、牙齿作为健康信号的指示器。牙齿和口腔的状况,有时能反映出全身疾病,定期进行口腔检查,可以及时发现这些健康问题,采取相应措施,有助于延长寿命。

高龄者拔牙风险大
切记不要盲目拔牙!

很多中老年人患有基础疾病,盲目拔牙风险很大。比如,高血压患者拔牙的时候,可能因为紧张导致血压升高,会增加拔牙手术的风险;糖尿病患者拔牙术后感染的风险比较高;心脏病患者拔牙需要咨询心脏医生评估手术风险;血液病患者可能导致术后出血不止;一些服用抗凝药的患者,也可能导致术后出血等。故,中老年朋友不要盲目拔牙!

松牙不能随便拔,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能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”,都会对中老年人的身体造成不小的伤害。

现代口腔医学的进步为守护真牙

带来曙光。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。

中老年人由于机体老化,血管脆弱以及可能患有的慢性病等因素,盲目拔牙或手术类镶牙方式的风险确实较高。因此,在牙齿修复上一定要谨慎选择适合自己的方式。

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



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

为让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5月8日至11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,提供一对一口腔健康咨询解答

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)

◎ 资深中老年专科口腔修复专家

秦媛媛
中老年口腔专科
资深专家

上海同济大学
口腔修复学硕士,
曾在上海市静安区
牙病防治所工作十
余年,曾于第九人民医院牙体牙髓科完
成进修学习,多次参加国内外高端口腔
学术研讨会和相关培训。倡导舒适化无
痛安全诊疗模式,以严谨的态度、专业的
技术守护广大中老年患者口腔健康。

擅长:套筒冠修复、精密附着体修复、
中老年复杂牙保留修复、各类松动牙修复
术、复杂根管治疗、冠桥修复、全口义齿及
活动义齿修复、牙周病、微创种植等。



李思凝
中老年口腔专科
资深专家

近20年临床
经验,在全科及种
植领域具有丰富治
疗经验。尤其对中
老年残牙缺牙修复、特色精密覆盖义齿、
中老年特色种植方面、牙齿美白等方面,
拥有独到的治疗心得和丰富的治疗案
例。倡导针对不同个体,根据身体、心
理、功能性等多种因素,制定一对一专属
的个性化诊疗方案。

擅长:全口缺失、牙裂缺损,疑难病
例的整体解决方案,对于疑难复杂问题
具有丰富的临床经验。



中宣部宣教局 中国文明网

请勿行车抛物
你的随手一丢,有可能
导致他人车毁人亡。