

# 守住真牙就是守住健康:中老年口腔修复新选择

## 不拔不种、无手术,无挂钩镶复更适合老年人

2021年《BMC口腔健康》期刊的权威研究揭示:牙齿数量与寿命密切相关。数据显示,缺牙超过5颗的老年人,全因死亡率增加35%,心血管疾病风险提升42%。这一结论背后,是牙齿与全身健康的深层关联。

### 牙齿是长寿的“守门人” 保牙就是保命!

根据此研究报告表明:

牙齿是营养防线,一颗健康磨牙的咬合力可达15公斤,能充分研磨食物,促进营养吸收,而缺牙者因咀嚼不充分,维生素B12、膳食纤维摄入量普遍降低30%;

牙齿能疾病预警,牙周炎患者的C反应蛋白水平是健康人群的2倍,这种炎症因子会加速动脉硬化。

专家提醒,牙齿就像“健康晴雨表”,盲目拔牙可能引发多米诺效应——1颗牙缺失5年内邻牙松动率超50%,牙槽骨每年萎缩0.5毫米。

### 松牙不能拔,中老年松牙缺牙该如何镶复?

### 无挂钩覆盖义齿:让残牙松牙“重获新生”!

在传统观念中,缺牙老人往往佩戴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。

### 高龄者拔牙风险大 切记不要盲目拔牙!

传统挂钩假牙常需拔除松动牙,很多中老年人患有基础疾病,但这对慢性病患者来说,盲目拔牙的风险很大。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;血液病患者拔牙可能导致术后出血不止;一些服用抗凝药的患者拔牙,也可能会导致术后出血等情况。故,中老年朋友不要盲目拔牙!

### 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22日至25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镶复、牙周病、微创种植等。

### 谢润衡

副主任医师  
中老年口腔专科  
资深专家



毕业于上海同济大学医学院,曾在上海市徐汇区牙病防治所工作十余年,多次参加国内外高端口腔学术研讨会和相关培训。曾于上海市第九人民医院上颌窦提升培训班完成进修学习。工作经验丰富,对患者热心,工作认真负责,专业技术过硬。

擅长:中老年复杂牙齿修复、牙体牙髓病治疗、冠桥修复、微创种植、全口/半口牙颌种植、无痛种植、即刻种植、数字化种植等。



俭以养德 杜绝穷奢



大地馈赠 拒绝浪费

中宣部宣教局 中国文明网