

2026 免费口腔问题咨询: 松牙、缺牙、残根如何非手术修复,50岁以上老人均可报名

资深中老年口腔专家现场面对面,不拔牙不种牙,不折腾,助力畅享各类美食

7旬松牙老人 多年求医无门

“我现在只想要一个不拔松牙,还能补上缺牙,让我正常吃饭的修复方法。”73岁家住长宁的秦女士谈起她这一嘴的牙齿很是无奈。

“人一上年纪,牙齿出问题不可避免的,也怪我自己早年不当回事。从最开始的几颗松牙,发展到了满嘴的松牙、缺牙。”秦女士为此没少跑医院,但得到的建议都是病牙一律拔掉,最终她选择了佩戴旧式假牙,但无法长期使用,没有根基固定的假牙依旧不牢固,吃东西还是只能应付了事,硬物不能咀嚼。

“好牙在这副假牙的挂钩作用下,也在逐渐变松,我现在也是索性不戴了,将就吃点软烂的食物。很多美食我早就忘记味道了,排骨、螃蟹,想都不敢想!”

中老年人身体机能下降且慢性病多发,像血压偏高且有心脑血管方面损伤的老人,治牙一定要慎重,盲目拔牙会有生命危险。资深中老年口腔专家刘博玄提醒道:“仅用拔牙来做口腔治疗,牙槽骨会失去生理刺激,加速牙床老化。一两颗问题不大,如果多颗松牙全拔掉,身体条件难以承受,非常不适合中老年人。尽早到医院检查修复,符合条件的松牙、残根是完全可以保住的。”

真牙才是最适合自己的 能保则保

“如果仅仅用拔牙治疗口腔,牙根下的牙槽骨便失去咀嚼时的生理刺激,加速牙槽骨老化、流失,后续镶牙无法牢固使用。拔牙需半年到一年时间恢复,吃饭成了难题,身体素质进一步下降。”中老年口腔疑难杂症专家刘博玄医生建议:“很多松牙患者采用的是传统挂钩假牙方式,那是利用钢丝依托健康真

牙来固定假牙的方式,对余留真牙的要求高,受力完全依赖自己的好牙。现代口腔修复技术完全可以保留3度以内松牙、残根不拔,补全缺牙不种,修复牙齿。”

真牙包裹一层牙周膜,吃饭时可感知食物的大小、软硬。很多叔叔阿姨爱吃各种糕点,不同点心的酥脆口感只有自己的真牙才能感受,这是任何人造假牙都不具备的能力。“食之有味”、“嚼之有劲”这是真牙才能做到的,真牙保留越多才能更有好口福。朱兴奇医生强调道:“很多叔叔阿姨在纠结松牙、残根是拔还是种,我的观点是能保则保,只有真牙才是最适合自己的。”

只要符合条件 3度以内松牙残根能修复

“区别对待复杂口腔问题,从中老年人人体质出发,能保留住的牙齿不拔,缺一并修复,不损伤患者的身体健康才是更合适的方案。”朱兴奇医生解释道:“覆盖义齿”是不依靠挂钩做固定,多颗松牙均可固定的新方案。变拔为固,利用内冠包裹保护住基牙,防止牙槽骨流失。外冠可覆盖多颗牙齿,分散咬合力。利用了夹板原理保住没拔的松牙,修复周边缺失牙。同时,符合保留条件的残根可以变废为宝,不拔残根,以此为基础再镶新牙,是非常适合口腔环境复杂中老年人的修复手段。”

“随着现代医学的快速发展,3度以内松牙完全可以修复牢固,很多能感知自己牙齿松动的中老年人松动程度都处于这一范围内。”朱兴奇医生提醒:“已有缺牙松牙的中老年人,务必要尽早到专业服务中老年人的口腔机构检查修复,越早就医牙齿保住希望越大,越能早享好口福。”

无挂钩 不拔牙
松牙能固定
残根再利用
缺牙能修复



学雷锋月·惠老护齿 口腔专家现场保牙咨询

松牙、残根、缺牙读者
均可免费报名

现在新民健康联合上海的资深中老年口腔专家,开启“松牙保卫战”咨询活动,帮助50岁以上的中老年人解答口腔烦恼——不管是松牙、残根,还是缺牙,都能来免费参加。

活动时间:3月5日—12日(全天)

专家现场讲“新理念”:保留真牙,吃饭才更有滋味;
有口腔问题直接问,专家给你一对一答疑,不用排队等;
报名成功,有机会拿到中老年专用口腔护理套装
(中老年专用护龈牙膏)

注意啦! 每天只有50个名额,想让自己或家里老人保住松牙、好好吃饭的,赶紧报名,别错过机会!

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医师

刘博玄

资深中老年口腔
修复专家

擅长:中老年牙体牙髓根管治疗,各类复杂松牙拔牙除术、龋病的充填治疗及牙周疾病系统化治疗、中老年口腔精密附着体修复等项目。对于中老年全口修复复杂病例的诊断、解决方案设计都有着丰富经验。



朱兴奇

中老年口腔疑难
杂症专家

擅长:中老年疑难种植方案及治疗,现代显微根尖周病治疗、牙周病序列治疗、中老年固定义齿无痛精细化修复及成人牙体牙髓治疗。拥有全面系统理论知识、丰富临床经验。



健康小百科

分清沙门氏菌、诺如病毒与急性肠胃炎

春节期间,阖家团圆、聚餐频繁,鸡鸭鱼肉、卤味凉菜、特色小吃摆满餐桌,节后肠胃不适也随之进入高发阶段。腹痛、腹泻、呕吐一出现,不少中老年朋友都笼统当作“急性肠胃炎”,自行服药或硬扛,却不知症状背后可能是诺如病毒、沙门氏菌感染。三者外表相似,却在病因、症状、传染性和应对方式上有明显区别,分清差异,才能科学护肠胃。

首先要理清核心关系:急性肠胃炎是一类肠胃不适的统称,并非单一疾病,而诺如病毒、沙门氏菌是引发感染性肠胃炎的常见病原体,这也是最容易混淆的关键点。我们常说的普通急性肠胃炎,多由非感染因素诱发,春节期间饮食杂乱、暴饮暴食、过量食用油腻生冷食物,或是腹部受凉,都可能引发。这类不适症状较轻,以轻微腹痛、稀便为主,大多无发热或仅有低热,呕吐少见,调整饮食、注意保暖后1至2天就能缓解,不具备传染性,居家简单护理即可恢复。

诺如病毒感染是病毒性肠胃病,在家庭聚餐、公共场所极易传播。它传染性极强,可通过污染的食物、水源、日常接触传播,甚至短距离气溶胶也能扩散,人群普遍易感。其最典型的特点是突发剧烈呕吐,儿童表现尤为突出,成

人则以水样腹泻为主,伴随腹部绞痛,多为低热或不发热,病程较短,一般1至3天可自愈。需要警惕的是,诺如病毒感染呕吐症状重于腹泻,即便症状消失,短期内仍可能携带病毒,家庭中需做好餐具消毒、分餐隔离,避免交叉感染。

沙门氏菌感染则属于细菌性肠胃感染,多与动物性食材污染相关,也是餐桌的常见隐患。未煮熟的禽肉、蛋类、溏心蛋,以及生熟不分的案板、刀具污染的卤味、凉菜,都是主要传播载体。它的症状与前两者有明显区分,中高热是典型表现,伴随持续性腹部绞痛、水样或黏液样腹泻,呕吐症状相对轻微,病程更长,通常持续3至7天。作为细菌感染,沙门氏菌感染若延误处置,易引发脱水、乏力等问题,对患有高血压、糖尿病等基础病的中老年人,风险更高,绝不能当作普通肠胃炎忽视。

简单来说,普通急性肠胃炎多为饮食刺激、受凉所致,症状轻、无高热、不传染;诺如病毒以剧烈呕吐为核心,传染性不强、病程短、低热为主;沙门氏菌以高热、持续腹泻为特点,多与肉蛋污染相关,细菌性感染风险更高。

所以,入口的食材务必彻底煮熟煮透,拒绝溏心蛋、半生卤味,坚持生熟案板、刀具分开,避免交叉污染;勤洗手、少扎堆,剩菜剩饭彻底加热后再食用。出现肠胃不适时,轻症可居家补水、清淡饮食休息,若持续高热、剧烈呕吐腹泻、精神状态不佳,需及时就医,切勿自行盲目服用抗生素——病毒性感染无需抗生素,细菌性感染则需遵医嘱规范治疗。

分清三类肠胃不适的区别,守住食品安全关口,科学应对不适,才能以健康状态开启新年新篇章。(文 孙黎)

速领:正宗纯猪肉松1罐

本市60岁以上新会员扫码或拨打400-670-1516领取



也可扫码领取

黄金香猪肉松
规格:130g/罐
会员价:22.9元/罐

黄金香猪肉松,新鲜纯肉制作,鲜香美味。开春了,九九维康特意给老年朋友们添个鲜、换换口味。只要您是本市60岁以上、未九九维康登记过的新会员,拨打电话:400-670-1516,鲜香好吃的猪肉松立马送到您家。

※领取提示:

即日起至3月15日期间打电话的新会员都可直接领取。数量有限,每位新会员限领一罐,共500份领完即止。

年纪大了,牙口不好,平时只能吃些软和、好消化的,偶尔也想换换口味。肉松就不错,香绵酥软,入口即化,蛋白质也高,吃粥、拌饭撒上一把,既省事又有滋味。



欧米伽3+6全年守护

99元仅此一次

仅限新会员,每人可购1次。
活动截止:2026年03月15日

欧米伽3+6双亚胶囊 规格:0.7g×60粒/瓶 会员价:79元/瓶

开春福利价 **99元12瓶** (948元)

拨打 **400-670-1516** 订购

欧米伽3+6双亚胶囊 生产企业:东普诺康生物技术有限公司;食品生产许可证编号SC11337050200170。

九九维康

健康养老服务平台

电话订购 7天退换货 支持货到付款 另有氨糖/蜂胶/欧米伽3等特惠,购满99元免运费。

上海熙风电子商务有限公司 总部地址:上海市高潮路215号北虹桥商务区中心A区1楼

广告