

# 不拔不种,老人无手术修复口腔新理念,专家一对一保真牙方案咨询!

## 符合条件,松牙可固定,残根能保留,无手术无挂钩修复更贴合老年需求

### 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,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。”秦女士没少跑医院,得到的方案都是病牙一律拔掉。最终医生为她设计了旧式假牙,但无法长期使用,没有根基固定的假牙依旧不牢固,吃东西还是只能敷衍了事,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:“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,对身体条件要求较高,非常不适合中老年人。”

### 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,身体素质将进一步下降。”中老年口腔疑难杂症专家刘博玄医生建议:“很多松动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。只要符合条件,完全可以保留3度以内的松牙、残根,补全缺牙不种,修复牙齿。”

真牙外包裹一层牙周膜,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。马前军医生强调道:“很多叔叔阿姨在纠结松牙、残根是拔是种,我的观点是能保则保,只有真牙才是最适合自己的。”

### 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适合的方案。”马前军医生解释道:“覆盖义齿不依靠挂钩做固定,是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度以内松动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。”马前军医生提醒:“已有缺牙松牙的中老年人,务必要尽早到专业口腔机构检查修复,越早就医牙齿保住的希望越大,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

惠老护齿 口腔专家现场保牙咨询  
松牙、残根、缺牙市民  
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,为50岁以上的中老年人解答口腔问题。不管是松牙、残根,还是缺牙,都能来免费参加。

活动时间:5月21日—30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  
(中老年专用护眼牙膏)

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

### 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:各类松动牙修复术、牙列牙髓治疗、牙周手术、骨再生手术、缺失种植、即刻种植、前牙美容种植修复、多颗牙种植等先进种植技术。在各型牙周病的诊断及基础治疗,中重度牙周炎的综合治疗方面具有扎实的理论基础和丰富的临床经验。

#### 马前军

中老年口腔疑难  
杂症专家

擅长:牙体牙髓治疗,各种复杂拔除,智齿拔除,活动义齿,德国无挂钩套筒冠,精密附件修复,中老年咬合重建,冠桥修复,美容修复,半口全口种植修复等老年口腔问题上有极深的造诣。

### 端午福利再升级

# 高邮咸鸭蛋一箱送送送

仅限没领过的新会员!扫码或拨打400-670-1516可领

南洲牌咸鸭蛋礼盒装  
规格:65g×10枚/箱  
会员价:19元/箱



也可  
扫码领取

“热线都被打爆了!”

上一期免费领高邮咸鸭蛋的活动,叔叔阿姨们的热情远超我们想象。正宗

高邮咸鸭蛋,个个起沙流油、咸香可口,吃得大家赞不绝口。可因为供货实在有限,很多叔叔阿姨没能领到,心里一直惦记着。我们看在眼里,急在心上,赶紧让厂家加急赶制了300箱新蛋!

### 重要提醒:

为了保证更多没领过的朋友能享受到这份美味,本期活动仅限新会员参与。已经领过的叔叔阿姨,请您把机会让给没领到的老朋友,不要重复拨打热线,以免他们打不进来。您的理解,我们由衷感谢!

马上扫码或拨打 400-670-1516 可领取一箱咸鸭蛋,本次活动限量300箱,送完即止,活动有效期至5月30日。(仅限新会员,每人领1次)

直降  
255元!

今日到手价99元6瓶



膳养元®钙片  
规格:0.5g×30片/瓶  
会员价:59元/瓶

仅限首次来电消费者  
有效期至5月30日

夏日特惠 99元6瓶,一天只需5毛5!

抢购热线 400-670-1516

品名:膳养元®钙片 原料:L-组-甲基维生素D2半胱氨酸 辅料:山梨糖醇、低聚异麦芽糖、预酸化淀粉、微晶纤维素、麦芽糊精、硬脂酸镁、二氧化硅 功效成分及含量:每片含:钙 80mg 适宜人群:需要补充钙的成人;不适用人群:17岁以下人群及孕妇、乳母;保健功能:补充钙、食用量及食用方法:每日1次,每次1片,口服,温开水送服 规格:0.5g/片 贮藏方法:密封,阴凉干燥处保存 保质期:24个月 执行标准:Q/ANS0011S 备案号:国食健备G202237001944 食品生产许可证编号:SC11337050200170 注意事项:本品不能代替药物。适宜人群外的人群不宜过量食用本产品。不宜超过推荐量或与同类型营养素同时食用。高钙地区人群不宜食用 生产单位:东普诺康生物科技(上海)有限公司 生产地址:山东省东营市东营区石油科技产业园11号 鲁食健广审(文)第260905-03198 保健食品不是药物,不能代替药物治疗疾病。

九九维康 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。  
健康养老服务平台 上海熙风电子商务有限公司 总部地址:上海市高潮路215号北虹桥松日商务中心A区1楼

### 健康小百科

# 阴雨季节,如何从容应对关节不适?

每到阴雨季或天气骤变时,不少中老年朋友们会遭受关节不适的困扰,风湿性关节炎就是其中之一。

作为一种常见的自身免疫性疾病,风湿性关节炎的发生并非偶然,其核心病因与A组β溶血性链球菌感染密切相关,这也是它与其他关节炎疾病最关键的区分。当人体感染这种链球菌后,身体的免疫系统会启动防御反应,但在清除病菌的过程中,可能出现“识别错误”,将自身关节组织当作病菌进行攻击,进而引发免疫紊乱,导致关节出现炎症反应。

除此之外,年龄增长带来的关节退行性改变,会让关节黏膜的保护能力下降,更容易受到外界刺激而诱发炎症;长期的精神紧张、过度劳累,会导致身体免疫力下降,为链球菌感染和炎症发作提供可乘之机;而潮湿、寒冷的环境,会进一步加重关节不适,让炎症症状更明显。这种疾病常累及膝关节、肘关节、肩关节等大关节,发作时关节会出现红、肿、热、痛的症状,且具有游走性特点,一处关节疼痛缓解后,另一处可能再次发作。若未能及时规范干预,炎症反复侵袭,长期下来可能损伤关节功能,甚至累及心脏等其他器官,需格外警惕。

风湿性关节炎的调理,需区分急性发作期与病情稳定期,采取不同的应对方式。急性发作期,核心是让关节休息与规范抗炎,尽量减少受累关节的活动,避免负重、过度屈伸,让关节得到充分放松,防止炎症进一步加重。同时,要

及时就医,在专业医生指导下使用抗炎、抗风湿药物,严格遵医嘱足量、足疗程服用,切勿因症状稍有缓解就擅自停药,以免导致病情反复。

日常养护是减少病情复发、缓解关节不适的关键,尤其要注重防寒防潮。像上海的黄梅天,空气湿度大、气温偏低,湿邪易入侵关节,会明显加重疼痛与僵硬。居家时要保持环境干燥通风,阴雨天及时关闭门窗,避免潮气涌入,被褥、衣物要定期晾晒,保持干爽;外出时做好关节防护,佩戴护膝、护肘,避免关节直接受凉。睡前可用温水泡脚或热敷关节,促进局部血液循环,缓解关节僵硬与疼痛感。

饮食调理也能为关节健康助力,需遵循清淡温和、营养均衡的原则。多摄入富含蛋白质、钙质及维生素的食物,为关节软骨修复提供充足营养,增强关节抵抗力;减少高嘌呤、辛辣刺激、生冷油腻食物的摄入,避免加重关节炎症状负担,同时忌暴饮暴食,减轻脾胃运化压力,间接保护关节。

病情稳定期,适度的康复锻炼不可或缺。可根据自身关节状况,选择缓慢散步、太极拳、温和的关节拉伸等舒缓运动,帮助维持关节灵活性及周围肌肉力量,防止关节僵硬变形,但要避开剧烈运动、过度拉伸,避免损伤关节。同时,保持平和的心态也很重要,避免情绪焦虑、急躁,不良情绪会影响身体状态,可能诱发病情波动。

风湿性关节炎的调理是一场持久战,定期复查,根据病情变化调整调理方案,结合科学养护、合理饮食与适度锻炼,就能更好地掌控病情,减少发作,守护关节健康。(文 孙黎)