

缺牙时间长、缺牙多颗、怕折腾、不想植骨怎么办？

# 百万基金援助种植牙 让百姓种得起好牙

## 原九院种植牙专家坐阵现场，最高申领3940元“种牙补贴”

□文 张远近

“缺一两颗牙，用退休金还能种得起，一旦半口或全口缺牙，种牙负担真的很重！多颗缺牙如何种？才能耐用又经济？”许多中老年朋友都有着同样的疑问。

缺牙者的平均寿命比牙齿健全者短，长期多颗缺牙危害不容小觑。缺牙颗数多、身体耐受差、怕痛怕折腾是缺牙多颗患者面对的普遍问题。

### 4颗“钉子”重建半口牙齿？

#### 排骨大闸蟹开心嚼，身体更硬朗

在出现多颗牙缺失时，传统种植牙技术会显得“捉襟见肘”。半/全口种植前沿技术的出现，突破了传统种植牙对牙槽骨条件的限制，通过植入4颗-6颗种植体，达到重建半口牙齿效果，为患者节省费用。

这种方式核心优势在于斜拉式力学设计，大大增加了骨骼与种植体的接触面，而后安装的“拱形连桥”牙冠，能让每颗牙的受力均匀地分布于整体，这是建筑学上最为稳固的形状，是半口、全口牙缺失伴随牙槽骨萎缩患者

的理想修复方案。

### 3D数字化技术结合即刻负重 缩短戴牙周期、少折腾少疼痛

随着数字化导航技术、即刻负重等新技术的不断出现，给患者带来多样化、精准化的治疗方案。很多患者疑问“上午种植牙，下午吃苹果吗？”一般情况下，即刻负重是可以实现的，但尽量不吃太硬的食物，因为种植体需要时间与牙槽骨融合。

越先进的方式对医生技术要求越高，患者还需谨慎对待。选择经验丰富的医生，可以根据患者的身体条件、耐受度等制定分段或一次性治疗方案。让中老年患者在整个种牙过程中，轻松、舒适、没什么负担。



## 原九院种植牙专家见面会及名医讲座火热报名中 3940元“种牙补贴”限时申领

在中国老龄事业发展基金会的支持下，知名口腔机构开展爱牙讲座等活动，原九院专家团队将为缺牙患者详细介绍“不植骨、少等待、少疼痛”的种植牙方案，耐心答疑。如果您有牙松动、牙缺失、半口牙缺失、全口牙缺失、牙槽骨量不足、烤瓷牙失败等情况，都可报名参加，仅50个名额！

### 成功报名并到场的读者，可享六重福利：

- ①知名原九院种植牙专家面对面交流答疑
- ②申领种植牙专项援助补贴（最高可享3940元）
- ③免费口腔检查、全景片检查、牙缺失方案制定等
- ④免费领取168元口腔护理套装（科普书、牙刷、牙线等）
- ⑤免费参加上海牙缺失老人5年保健工程
- ⑥现场免费清洁活动假牙

■ 活动时间：5月9日-5月31日

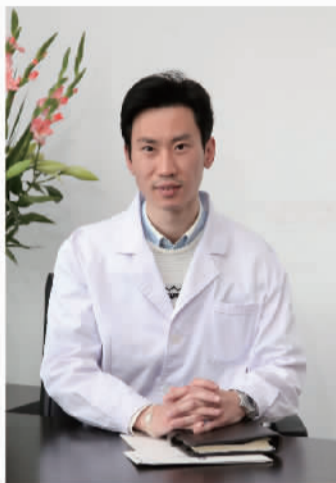
■ 种植牙名医大讲堂时间：5月24日（周五）上午

### 报名方式

拨打热线：021-52908085

或编辑短信“牙齿+姓名+联系方式”发送至18121287978

### 特邀专家介绍



王申

上海交通大学医学院口腔医学硕士，2003至2013年在上海交大附属第九人民医院口腔种植科任职，专业从事种植及修复工作10余年。上海口腔医学会口腔种植专业委员会委员、国际口腔种植学会（ITI）会员、中华口腔种植专业委员会会员，瑞士straumann种植培训讲师，曾赴瑞士、美国等国家深造。擅长微创种植、即刻种植、All-on-4种植技术。

### 【周到·身边】

# 长宁少儿图书馆西馆闭馆改造倒计时 预计年底重新开放

□记者 刘英杰

长宁区少年儿童图书馆是全市唯一一家独立建制的区级少年儿童图书馆。2016年6月长宁少儿图书馆新馆在愚园路全新亮相。2017年长宁少儿图书馆建立了“长耳兔阅读俱乐部”，通过搭建这样一个平台，让广大的小朋友们在活动、合作、游戏当中，进行阅读和学习，也为家长和青少年朋友提供享受阅读、终身阅读的环境和平

台。

今年长宁少儿图书馆又有大动作——为给读者营造更好的阅读环境，长宁少年儿童图书馆西馆（仙霞路700弄41号）即将进行整体改建，预计年底重新开放。据长宁少儿图书馆官微信息，对西馆的读者服务工作进行调整。包括：即日起至5月31日，每周二至周六上午9:30—11:30、下午12:30—16:30处理读者还书、退证、逾期费收取相关工作。6月1日起，暂停所有读

者服务工作，开馆时间另行通知。

改建期间，读者仍可持“少儿一卡通”读者证至少儿图书馆东馆（愚园路1188号）借还书籍或办理其他业务，也可就近选择上海中心图书馆“一卡通”外借系统中的各少儿图书馆（室）借还书籍。读者可通过咨询电话021-62121696，登陆长宁区少年儿童图书馆网站www.seszl.com或关注“上海市长宁区少年儿童图书馆”微信公众号，获取更多信息和服务。



## 古北的事 我们为您想周到

古北周到是新闻晨报上海社区新媒体平台，覆盖虹桥、天山、仙霞、新华路等地区，向您提供权威的政策咨询、邻里信息、好玩好吃、亲子教育等周到服务。

### 【食品安全知多少】

# 赶快吃点它，灭掉身体里的致病火

春季，皮肤干、口渴、嘴唇干裂等症状接踵而至，现代医学将这种现象解释为：各种热能引起身体代谢产物和有毒物质在体内积滞所产生的症状。

中医认为，这是由于春季阳气上升，易扰动人体肝、胆、胃肠蓄积的内热所致。那么，各种上火应该怎么应对？

### 口舌生疮：吃豆芽

春季气候干燥，新鲜蔬菜吃得少、营养失调就易出现口疮。豆芽能清热，有利于肝气疏通、健脾和胃。

### 干咳无痰：暖中焦

干咳无痰，鼻干眼燥，喉咙发痒，无汗头疼，多为感受凉燥所致，可用黑芝麻生姜红糖粥来温养调理。

步骤：①取黑芝麻50g，粳米100g，生姜3大片，红糖适量；②黑芝麻炒熟，碾

成细末；③锅内放入粳米、生姜熬煮，煮熟后，拌入适量黑芝麻、红糖即可。

### 皮肤发干：喝温水

春天内燥外热的皮肤非常容易干涩长痘，建议每天的饮水量要保持在1300毫升左右，上火时可以适当地冲点柠檬蜂蜜水喝。

### 干咳有痰：散风热

若出现干咳、痰黏，咽喉干燥伴有喉咙痛，发热汗出，多为感受了温燥之邪，可用牛蒡百合冰糖粥来疏散邪气。

步骤：①取牛蒡子15g、百合15g、粳米100g，冰糖适量；②将牛蒡子、百合、粳米熬煮至粘稠，拌入冰糖稍煮片刻即可食用。

### 头晕头痛：菊花茶

春天，当肝火朝身体上部走时，就会出

现头疼、头昏、头胀、面红耳赤，菊花泡水适合这类人群饮用。

### 口干口臭：拌莲藕

如果上火出现口干、口苦、口臭、牙龈肿痛、大便秘结等，多是胃里有火，推荐吃点莲藕，既可以翻炒也可以凉拌。

### 手脚心热：枸杞水

若有手脚心发热、冒汗、慢性咽喉肿痛，半夜还盗汗，腰酸背痛，往往是有肾火的表现，建议用枸杞、菊花泡水喝。

### 心烦失眠：莲子心

出现心慌、心跳加快、心神不宁、心烦、失眠情绪等上火不适，大都跟心火有关。推荐吃莲子，既可泡水、又可煮粥。

（长宁区食药安办）

### 【活动预告】

#### 手冲咖啡体验

活动时间：5月11日（周六）上午10:00-11:30

活动地点：古北市民中心三楼咖啡教室

参与对象：社区居民

参与人数：12人

#### 香薰蜡片DIY体验

活动时间：5月08日（周三）下午14:00

活动地点：黄金城道258弄2号楼D1

参与对象：社区居民

参与人数：25人

#### 海派绒花手作体验

活动时间：5月09日（周四）下午14:00

活动地点：安顺路181弄1号安东活动室

参与对象：社区居民

参与人数：30人

#### 手绘花灯体验

活动时间：5月14日（周二）下午14:00

活动地点：长顺路2号甲长顺活动室

参与对象：社区居民

参与人数：25人