

无法保留的牙根要尽快拔除

否则影响全身健康

牙齿掉了必须要镶牙吗？镶牙的方式有哪几种？烂牙根一定要拔掉吗？烤瓷牙和全瓷牙有什么区别？镶牙后如何进行口腔护理？10月20日上午，本报健康热线0551-62623752，邀请了合肥市口腔医院修复科副主任医师孙珍为大家答疑解惑。■徐莉 记者 马冰璐/文 倪路/图



孙珍 副主任医师，四川大学华西口腔医学院口腔修复学硕士，中华口腔医学协会会员。擅长计算机全瓷个性化美学修复、残根残冠的保存修复、复杂种植义齿的修复、全口义齿的修复、咬合重建设计修复等。曾主持完成市科研项目两项、院三新项目一项，主研市科研项目一项，院三新项目两项；参编专业著作四部，发表学术及科普论文十余篇。

牙齿缺失一定要及时修复

读者：牙齿掉了必须要镶牙吗？

孙珍：牙齿是人体重要的咀嚼器官，牙齿缺失不仅影响美观，还会影响咀嚼及发音等功能。长期牙齿缺失将导致邻牙倾斜、牙缝变大、对颌牙齿伸长、偏侧咀嚼、面部不对称及咬合系统紊乱等不良后果，并加重胃肠道等消化器官的负担。现代医学研究还表明，长期牙齿缺失或引起全身系统性疾病。所以牙齿缺失一定要及时进行修复。

三种镶牙方式各有优缺点

读者：镶牙的方式有哪几种？

孙珍：镶牙一般有三种方式：活动义齿、固定义齿和种植义齿。三种修复方式各有优缺点，患者应综合考虑口内缺失牙的数量和位置，缺牙区的牙槽骨骨质状况，余留牙齿的条件，并结合自己的身体状况和经济条件选择合适的义齿。

无法保留的牙根要尽快拔除

读者：烂牙根一定要拔除吗？

孙珍：口腔治疗的基本原则是尽量保留牙齿。残根残冠是否要拔除需要根据牙根的长度、牙槽骨的状况以及牙冠缺损的程度范围综合确定。条件较好的残根残冠经过系统的根管治疗，进行桩冠或桩核冠修复可以进行保留。无法保留的牙根要尽快拔除，否则影响义齿修复甚至影响全身健康。

假牙材料有三大类

读者：假牙的材料有哪些？烤瓷牙和全瓷牙如何选择？

孙珍：目前假牙的材料主要有树脂、金属及合金、陶瓷三大类。树脂材料主要用于活动及固定义齿修复的临时过渡材料；金属材料舒适耐用，性能稳定，但由于美观的原因，一般用于后牙冠桥的修复以及活动义齿的支架基托；陶瓷类材料具有美观逼真、性能稳定、生物相容性好、不影

响核磁共振检查等优点，已逐渐成为固定修复类的主流选择；全瓷修复材料目前已经具有很高的机械性能，能够用于后牙冠桥及种植修复等。对于具体的材料选择还应该由专业医师根据患者的口腔状况综合分析选择。

镶牙前要做系统牙齿检查

读者：牙齿修复的过程复杂吗？需要就诊几次？

孙珍：患者在准备镶牙之前，一定要到专业口腔医院做系统的牙齿检查。松动严重的基牙、无法治疗的残根残冠应该予以拔除；龋坏疼痛的牙齿应进行系统的口腔内科治疗或充填，其次还要进行系统的牙周治疗，清洗牙齿结石及软垢。牙齿脱落或拔除后的三个月牙槽窝吸收稳定，3~6个月是镶牙的最佳时机。

一般的活动义齿修复需要就诊3~4次，修复后如有不适需要及时到医院调改，不能长期不佩戴义齿；冠桥及固定义齿修复一般需要2~3次；种植义齿修复一般需要就诊6~7次。

按医生指导和维护要求保养义齿

读者：镶牙后如何进行口腔护理？

孙珍：已经佩戴义齿的患者，不论采取何种义齿修复方式，都应按照专业医师的指导和义齿维护要求保养义齿，要科学地使用牙缝刷、牙线等辅助工具进行口腔护理。而且随着牙槽骨的逐渐萎缩，义齿的磨损老化，患者应定期到医院复查和维护保养。活动义齿每隔5~8年应进行更换，超龄服役的义齿不仅使用效果差，对余留牙和牙槽骨也具有一定的损害。

特别需要注意的是，义齿修复后口腔生态微环境的改变导致余留基牙更易罹患牙齿疾病，患者除了认真清洗保养假牙之外，还应该更加科学合理地进行口腔健康维护，做到假牙与真牙和谐健康。

健康提醒

板栗虽香，6类人群却不宜吃

秋天一到，满街板栗香，板栗虽好，但并非人人适合，也不宜多吃。那么，哪些人群不适宜吃板栗呢？

脾胃虚弱者

板栗虽然营养丰富，但是它对于进食者的肠胃功能有很高的要求，因为板栗生吃难以消化，板栗熟吃又容易导致滞气，所以有脾胃虚弱、消化不良、腹胀的人群不太适合吃板栗，如果要吃的话也不适合多吃，吃的时候一定要细细嚼碎。

想减肥的人

秋冬季，抱着一包糖炒板栗一定是莫大的幸福。可是，板栗并不适合减肥的人吃。因为板栗的热量很高，关于板栗的热量有这么一个传言：“吃六个板栗等于一碗饭”，虽然有夸大的成分，但也足以证明它的热量很高，所以减肥的人是不适合吃板栗的。

糖尿病患者

栗子是属于坚果类，虽然不像核桃、榛子、杏仁等那么富含油脂，但它所含的淀粉是很高的。所以，糖尿病人进食过多的板栗会影响血糖的稳定，糖尿病人进食板栗的时候需要慎重对待。

一岁以下的宝宝

板栗的营养价值犹如优质蛋白，宝宝吃了可以补充营养元素，有助于宝宝的骨骼健康成长。但是，板栗又含有丰富的纤维素，一岁以下的宝宝肠胃发育不全，进食板栗后可能导致宝宝消化不良和肠胃阻滞。另外，一岁以下的宝宝的咽喉发育未全，如果给宝宝吃板栗，极容易呛到宝宝的气管里。

坐月子的妈妈

坐月子是不能食用太多板栗的，主要是因为板栗比较难消化，产妇在坐月子的时候，身体体质比较虚弱，食用太多的板栗很容易会引起便秘。

便秘者

板栗本身淀粉高，难以消化，有便秘情况的人更要慎吃，以免加重便秘症状。 ■ 记者 马冰璐

医疗新闻

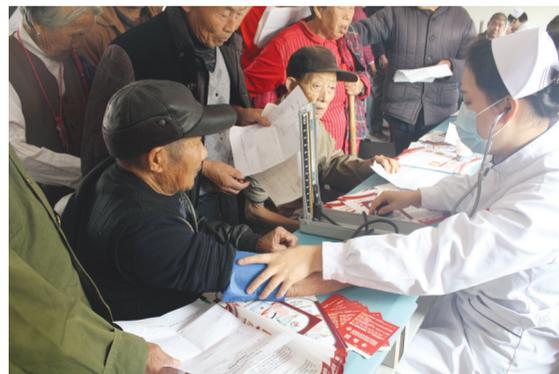
膏方调补启动 近百位中医“大咖”坐堂开方

星报讯(陈小飞 张依帆 记者 马冰璐) 昨日，安徽省中医院启动今年的膏方调补，与此同时该院特需医疗服务中心正式开诊。

据了解，今年，该院膏方进补时间为10月8日~明年2月，今年的膏方门诊设在门诊六楼特需医疗服务中心，由国医大师、知名专家、膏方专家等近百位中医“大咖”坐诊。市民可以通过膏方门诊预约中心预约专家，也可以按专家的门诊时间开方。

据悉，膏方，又叫膏剂，属于中医里丸、散、膏、丹、酒、露、汤、锭八种剂型之一。膏方一般由20味左右的中药组成，具有很好的滋补作用。根据中医理论，冬季是一年四季中进补的最好季节，而冬令进补，更以膏方为最佳。

与此同时，该院特需医疗服务中心昨日也正式开诊，该中心是提供特需门诊服务的综合中心，包括中医流派传承门诊、膏方门诊、多学科一体化门诊、特需门诊、疑难病会诊中心、干部保健门诊等，可以为患者提供国际医疗以及特需医疗等高端服务。



昨日，在重阳佳节来临前夕，“敬老蜀山行”义诊活动走进合肥市小庙镇五十墩养老中心，来自安徽长征微创外科医院内科、外科、妇科等科室的医生为62位五保户老人进行了免费体检和诊疗。 ■ 汪永静 记者 马冰璐 文/图

下期预告

什么是胆囊息肉？得了胆囊息肉，饮食上有哪些注意事项？胆囊息肉一定要进行手术治疗吗？下周五(10月27日)上午9:30~10:30，本报健康热线0551-62623752，将邀请合肥市第三人民医院普外科副主任医师罗志钢与读者交流。

罗志钢，合肥市第三人民医院普外科

副主任医师，1996年毕业于安徽医科大学，本科学历。合肥市外科学会常务委员，合肥市肠外肠内营养学会委员，合肥市创伤学会委员。长江中下游城市群肛肠专业委员会委员。擅长普外科常见病诊治，专业方向包括肝胆外科，微创手术，胃肠外科，甲乳外科。 ■ 傅喆 记者 马冰璐