

花园口腔预约李院长亲诊,享种植牙国庆定制特惠 种牙满5000元送2000元,上不封顶,只限8天! SMI超微创种植牙,舒适、微创、恢复快 种牙热线0371-58630999

花园口腔为喜迎“双节”到来,特推出种植牙国庆特惠活动:10月1日至8日,凡成功预约李院长亲诊的患者,种牙享受充5000元送2000元,充10000元送4000元的特惠价格,上不封顶,只限8天,根据植体厂家要求,绝不延期。蒋晓蕾

90岁老人“长”新牙 李院长究竟用的啥技术?

花园口腔作为老年人种植牙机构,李院长曾接诊过不少高龄老人种牙,年纪最大的90岁。他们选择种植牙的原因,多是出于对生活品质的考虑:年纪大了更要享受美食,享受生活,让人生不留遗憾。

李院长说:“自从花园口腔从德国引入SMI超微创种植牙技术,很多高龄缺牙老人欣然接受种牙,手术切口只有3~4毫米,还

没米粒儿大,出血量只有3毫升,相当于一颗黄豆大小,种牙轻松舒适。”前不久,李院长凭借丰富的临床经验和超微创种植牙技术,为90岁的王老伯成功实施了种植牙手术。老人家属送来锦旗,称赞李院长医术精湛。

种牙舒适、微创、恢复快 特别适合老年人

据李院长介绍,花园口腔SMI超微创种植牙有以下三个优点:1.舒适性强:SMI超微创种植

牙,不翻瓣、切口小、种植速度快、时间短,大大降低了痛感,让老人在舒适放松的状态下种上新牙。2.微创:利用3~4毫米微小切口将人工牙根“种”入口腔内,与传统种植技术相比,创口非常小,不影响饮食。3.恢复快:传统种植牙需要经过3~6个月甚至更长的恢复期,而SMI超微创种植牙由于切口小、创伤小、骨结合快,恢复期缩短近一半。尤其适合半口、全口缺牙和怕疼、怕出血的老年人。



李伟华

■ 花园口腔院长
■ 花园口腔种植牙中心首席专家
■ 德国CX种植牙系统中国区讲师和技术顾问
■ 瑞士ITI种植牙系统培训讲师
擅长:即刻种植+即刻负重技术、前牙美学修复、数字化导板种植、All-on-4。

拨打58630999
预约李院长
种牙享特惠
一年仅此一次!

国庆期间,花园口腔推出以下优惠:

1. 预约院长亲诊,充5000元送2000元,充10000元送4000元

活动期间,凡成功预约李院长消费种植牙(种植体)的顾客,可享受国庆定制特惠,充5000元送2000元、充10000元送4000元,以此类推,上不封顶。

2. 牙齿矫正送进口矫治器,预约再享矫治费九折

活动期间,消费传统正畸产品的顾客,即可参加赠送进口3M金属矫治器(价值1500元)的活动,成功预约前100人,再享九折矫治费优惠。活动期间,隐形矫正八折优惠。



休假模式即将开启 “宅家”也要有节制

睡觉别过头,娱乐须有度

长假来临,很多上班族都打算在这个假期好好“补觉”。专家提醒说,觉并非睡得越多越好,对睡眠不足的人来说,恶补可能并不奏效,有时候,蒙头大睡反而让人更疲倦。

睡眠时间过长,极易引起神经官能失调,该睡的时候睡不着,睡眠紊乱,头昏脑涨,很多人同时还会发生胃肠道失调,甚至还可能引起神经和精神系统的问题。

正确的方法是,利用假期调整好自己的作息。在长假里逐渐找到自己的睡眠规律。工作时提高效率,养成按时就寝的习惯。

另外,也有很多人选择尽

情地上网冲浪,不分昼夜地“葛优躺”把持电视遥控器,或是唱几个通宵的KTV。

郑州爱尔眼科医院院长李玉军提醒说,“电脑电视迷”们一定要保持良好的坐姿及用眼习惯,每小时让眼睛休息5到10分钟,眺望远处或做眼保健操,多做一做放松手部的活动,注意休息,保持睡眠充足。上网时间连续别超过3小时,因为长时间上网,人脑也长时间地处于“工作”状态,由此便产生诸如头晕(大脑缺氧)一类的症状。熬夜KTV更不可取,应该提升假期里的保健意识,让自己的身体也过个好节。

国庆长假,很多人选择旅游、购物、探亲等度假方式,也有不少人更愿意“宅”在家中,享受自由的“吃、喝、睡”模式。那么,长假在家如何打理好自己和家人的健康呢?医学专家给出了一些建议。郑报融媒记者 蒋晓蕾

饮食清淡为主,多吃蔬菜水果

郑州市第七人民医院心血管外科专家张建卿提醒,心脏病、高血压患者,节日期间饮食要以清淡为主,多吃蔬菜水果,切忌因兴奋贪吃油腻食物或暴饮暴食。一定要控制好血压、血脂、血糖,并注意休息,保持充足的体力,不要到拥挤的区域,并备上药品以防不时之需。

此外,有肝胆系统疾病的患者要忌酒,否则可能诱发急性胆囊炎或胰腺炎。有肝病史的要控制摄取高蛋白的食物,如鱼、虾等,否则有可能发生

“肝昏迷”。吃饭时大笑、说话,容易导致骨头卡住气管或食道,所以进食的时候要专心,放慢速度细嚼慢咽。任何试图强行将异物吞咽或自行取出的方法,都有可能造成食道或气管穿孔,甚至可能刺破主动脉,引起致命性大出血。因此,在进食时一旦误吞了骨头,应该立即停止进食,迅速前往离家最近的医院就诊。

“节日期间别总大鱼大肉,当满桌子的菜肴摆在你面前时,尽量先挑蔬菜、水果类食

物。肉类和海鲜类食物应浅尝即止。多喝水,以便在消化不良的时候给消化系统小小的推动力。水并不能减轻酒精的作用,但能增加饱胀感,从而使酒精的摄入量减少,并能补充体内水分。下午时间可以适当吃些坚果。饮食要清淡,不要贪吃油腻食物以及甜食、辛辣、烧烤食物。”郑州市中医院消化内科主任白广欧提醒说,可以利用假期时间制作些汤、羹及粥等平时没时间慢慢制作的食物。

“凑热闹”要挑地儿,密闭场所少停留

“金九银十”,对商家来说,这是一段消费井喷的时光。大量新品集中上市,海量的活动促销,令人眼花缭乱。长假期间,商场的促销打折一波接着一波,引得不少人疯狂购物。

而商场内一般人多嘈杂、空气浑浊,再加上通风不畅,空气中的细菌、病毒等微生物很容易存活,人们在这种环境下停留过久,就会出现头晕、心慌、胸闷、恶心、出虚汗等症状,甚至传染疾病。因此,一要尽量缩短购物时间,最好提前把

要买的東西列个清单按计划购买,在大型商场和超市里面停留不要超过两个小时;购物应选择人群密度较小、空气质量良好的购物场所;对于患有慢性支气管炎、哮喘、肺气肿、肺心病、心脏病、贫血的人以及孕妇、老年人,要特别注意不要在喧闹密闭的场所过多停留,年迈体弱、过敏体质者与小孩尽可能不去刚装修过的商场购物;逛完商场回到家后,应当及时洗手、洗脸和清理鼻孔,防止细菌、病毒乘机而入。