

TOP 养生 | 健康大百科



植得3D种植牙:精准无痛,舒适赛真牙

种牙免6项费用,享300万基金援助,名额有限 详询400-0371-133

牙掉了,种植牙是最好的修复方法。植得3D种植牙技术,种牙位置精准到头发丝的60分之一,顾客在电脑上看着牙齿“长”出来。日前,这项技术让很多缺牙顾客,重“长”好牙。5月来植得种牙,免拍片费、方案设计费、检查费等6项费用;300万种植牙基金援助千名缺牙者,仅余129个名额,牙齿缺失可拨打400-0371-133报名。

3D种植牙,让六旬老人“长”新牙

“我都快60岁了,又‘长’两颗大牙!植得3D种植牙跟真牙一样,用着得劲儿!”家住郑州金水区的戴先生,今年10月将要迎来60大寿,因为下颌两颗磨牙缺失5年,吃东西不香,连最喜欢的五花

肉都没什么嚼头。为了让他在过生日时享享口福,儿子陪他来植得种了两颗牙。

新乡的韩先生,才50多岁下颌牙齿就全部掉光。因为缺牙过多,活动假牙也没法戴。经过CT检查发现:韩先生下颌神经管离种牙部位太近,常规种植可能会损伤下颌神经管,给他带来痛苦。植得口腔栗伟主任,采用国际最高水平的3D种植牙技术,给韩先生种下13颗韩国牙根,“长”出19颗好牙。

精准种牙:精确到头发丝的1/60

“戴先生和韩先生种牙时,都运用了植得3D种植牙技术。”栗主任介绍,与常规种植相比,3D种牙运用了世界先进的德国CT和计算机导板,最大的优势在于精确和安全。种牙前,

德国CT机就像医生的“慧眼”,只需12秒,就可精准测量出牙槽骨的高度、厚度、密度等,重建3D数字模型,进而制成精确的计算机导板。

栗主任说:“计算机导板就像汽车‘导航仪’,能精准判断牙根应该种在哪里,精准度达到1微米,相当于一根头发丝的1/60。这样,医生在设计方案时能避开神经和血管,选择最佳角度和深度,让种植牙稳固性最强、美观性最强。即便是像韩先生那样下颌神经管离种牙部位太近,3D种植牙技术也能依靠超高精度,避开神经管,成功种上牙根。”

安全种牙:看着牙齿“长”出来

据了解,由于3D种植技术采用计算

机全程辅助种牙,人机携手,突破了以往单凭医生经验种牙的瓶颈,安全性、舒适性大大提高。种牙前,计算机从口腔CT中获取牙齿数据,进行三维成像,顾客可以从电脑屏幕上“预览”种植效果,让顾客看着牙齿“长”出来。

“高精度,带来的是高安全性,而且舒适性要赛过真牙!”栗主任说,“3D种植牙的计算机导板导航,实现了零失误,又大大节省了种植时间。而可视化技术进一步提升了种牙安全性,给顾客更多安全保障。而且,种植过程无痛、微创,实现了舒适赛真牙的完美种植效果。”

种牙热线:400-0371-133

蒋晓蕾



“5·20 全国母乳喂养宣传日”

母乳:宝宝最完美的口粮

医生:“天赐”礼物,妈妈和宝宝共受益

有调查数据显示,近年来我国母乳喂养率呈快速下降之势,6个月婴儿的完全母乳喂养率已从1998年的67%下降到了2008年的27.6%,城市里甚至只有16%。

对于很多新妈妈来说,产后的头等要务就是让孩子吃饱。“用母乳喂怕孩子吃不饱,吃奶粉又怕对孩子不好。”相信不少妈咪都有这样的困惑。专家表示,毫不质疑,对于宝宝来讲,母乳喂养是其最佳食物。只要增加孩子吮吸的次数,妈妈有喂饱孩子的信心,奶水就足以满足孩子的需求。

郑州晚报记者 李鹏云

■焦点问答

Q: 宝宝喂奶有技巧吗?

A: 喂奶时,在宝宝张大嘴时,要帮助宝宝含住乳头和大部分乳晕,因为挤压乳晕才能使乳汁流出,仅仅吸吮乳头,会使乳头疼痛,而且由于吸吮到的乳汁少,宝宝可能哭闹甚至拒绝吸吮。此外,若母亲乳房大,应用食指和中指放在乳晕根部托按乳房,以免妨碍宝宝鼻部通气。这样做还可以防止奶水流得太快,引起宝宝呛咳。需要注意的是,胀奶时乳头的伸展性较差,宝宝不能有效地吸吮,这时可用手将乳汁挤出一些,或用热毛巾敷数,使乳房柔软,这样才能让宝宝有效地吸吮到奶水。

Q: 宝宝还没有满月,我坚持母乳喂养,每次喂奶都怕他吃不饱,请问如何判断孩子是否吃饱?

A: 对于母乳喂养的新手妈妈来说,不免总是担心自己的奶水不足,饿着宝宝。首先,每天要吃8~12次母乳,每次吃完母乳后,妈妈的乳房至少有一侧已排空。其次,在吃母乳时,宝宝会发出有节律的吮吸声,并伴有听得见的吞咽声音。除此之外,在宝宝出生后的头两天,至少排尿1~2次。从出生后第3天开始,每24小时排尿应达到6~8次。

Q: 请问鲜奶为什么能代替奶粉或母乳?多大的孩子可以喝鲜奶?

A: 奶粉限购后,有人提出用鲜奶代替奶粉。儿科专家表示,鲜牛奶和鲜羊奶,3周岁以内的婴幼儿不主张喝。其次,鲜奶的钙磷比例不合适,含量较高的磷会影响钙的吸收;还有鲜奶中缺乏脑发育所需的多不饱和脂肪酸,有碍于孩子的脑部发育;同时鲜牛奶中可能还会有过敏因子等。

3周岁以上的孩子可以喝鲜牛奶和鲜羊奶,但刚从动物身上挤下来的奶也不能直接给孩子饮用,一定要加热煮沸杀菌后才能喝。

疑虑:奶水太少,宝宝吃不饱

“其实我还挺想让孩子吃母乳的,但就是自己奶水太少了,总担心孩子吃不饱,真不知道该不该坚持母乳喂养。”“我的奶水产后第一天一直没下来,孩子饿得直哭,我也很着急。”面对众多“新手”妈妈,给宝宝喂奶本应该是女人的强项,却

现实:母乳喂养,宝妈皆受益

对新生儿来说,母乳是其最理想的食物。母乳可提供宝宝健康发育所需的几乎所有营养,帮助建立亲密的亲子关系,降低儿童肥胖和一些成年期慢性病。“母亲的乳汁里含有非常合适数量的脂肪、蛋白质、水、糖分和免疫成分,这是配方奶粉无法比拟的,且是最适宜宝宝生长和发育的,同时可以帮助新生儿避免病菌和病毒的感染。”河南

时机:半小时内第一口奶很重要

“新生儿在出生后20~30分钟,吮吸反射最为强烈。有的新妈妈奶水不足,其中一个重要原因就是乳房刺激不足。”刘广芝说,分娩过后,应将宝宝第一时间带到妈妈身边,保持母子肌肤相亲。虽然妈妈此时身心疲惫,乳房也不感到胀,但一定要及早让宝宝吸吮,以免失去最佳时机。

产后头一两天,宝宝的吮吸对

让她们顾虑重重。

“很多母亲因为奶水少,就让孩子喝奶粉。实际上,乳汁的分泌是有一个过程的,这期间,宝宝的吮吸是对乳汁分泌最好的刺激。千万不能因为乳汁少,就减少喂奶次数。”郑州市妇幼保健院产科二病区主任翟桂荣

省人民医院主任医师刘广芝说,有研究表明,婴幼儿时期母乳喂养儿童,在成年之后往往血压及胆固醇水平较低,超重、肥胖及2型糖尿病发生率较低,而且获得母乳喂养的人群其智力测试的成绩会更好。

“在宝宝半岁前,母乳中的能量、水分、营养成分,完全可以满足宝宝生长发育的需要,很多母亲放弃母乳喂养,可以说完全

乳房的刺激,除了能让宝宝适应乳头吮吸的感觉,养成良好的吮吸习惯,也能刺激母乳的分泌,保证哺乳期乳汁的足量供应。

专家表示,鼓励新妈妈产后24小时尽早活动,通过环抱式、交叉式或橄榄球式的方法来喂宝宝,达到一个有效、成功的母乳喂养。而对于剖腹产的妈妈来讲,如果在手术之后能够尽早地进行

说,产后第一天还没奶水的新妈妈确实有,此时只要让宝宝多吸吮,就会刺激乳房分泌。所谓一直没奶水,说到底还是宝宝吮吸的次数不够,喂奶是上天赋予女人的一种天性,只要坚持吮吸,加上足够的信心,喂养方法得当,奶水就一定能够满足宝宝需求。

是心病。”翟桂荣说。除了工作压力外,很多妈妈因为担心肥胖,身材走形而不愿坚持哺乳。实际上这是个误区,母乳喂养可以消耗掉过多的热量,更有利于新妈妈减掉孕期里增加的体重;同时还能加速子宫的恢复,尽快恢复到孕前的窈窕身材。且母乳喂养还能降低患乳腺和卵巢肿瘤的风险,以及发生髌关节骨折和骨质疏松症的概率。

频繁地吮吸、开奶,也可以达到和自然分娩一样成功的母乳喂养。

对于剖腹产的孩子来说,从宫内取出,感染和过敏的风险比自然分娩的孩子要多很多,尽早实施母乳喂养,获得一些有益的益生菌,帮助孩子更好地建立肠道菌群,更有利于孩子提高抗感染和抗过敏疾病的能力,从而减少感染和过敏疾病发生的风险。