

# TOP 养生 | 爱牙大讲堂



## 植得计算机精准种牙: 决胜0.01毫米

### 计算机导航技术+即刻种植, 当天“长”新牙 种牙热线400-0371-133

“植得口腔计算机导航种牙就是精准, 0.01毫米的偏差也不放过, 眼睛一闭一睁, 5颗新牙就‘长’出来了!” 自从在植得口腔种上新牙, 郑州市中原区的赵先生, 见谁都炫耀: “电视台验证过的坚固好牙, 用着跟真牙一样!” 11月30日, 河南电视台都市频道“都市验证码”《镶牙与种牙哪个更好?》, 用镜头见证了植得种植牙与烤瓷牙、真牙相比, 坚固耐用、舒适美观、媲美真牙的高品质。节目播出后, 顾客纷纷电话咨询种牙。

#### 活动假牙总“闯祸” 老人下决心种牙

65岁的赵先生, 缺失5颗牙,

装假牙之后, 发现用假牙吃饭使不上劲, 吃硬东西硌得牙龈疼, 嘴里还有股怪味。有一次吃饭, 假牙突然脱落, 卡在咽喉处不上不下, 差点要了命。赵先生的儿女担心以后再发生这样的情况, 决定带着父亲去做种植牙。

咨询了三四家口腔医疗机构, 赵先生发现有的机构价格低得离谱, 赵先生想起来有个邻居图便宜种牙失败, 最后又到专业种植牙机构重新种牙。看来, 种牙不能光图便宜, 还得看品质, 谁的嘴巴都不是试验田, 赵先生得知植得口腔引进了计算机导航种植牙技术, 种牙精准、安全、速度

快, 而且电视台也曾对植得种植牙进行了报道, 他最终选择了专业种植牙机构——植得口腔。

#### 植得计算机导航种牙 决胜就在0.01毫米

经过德国CT详细检查, 医生发现赵先生牙齿条件确实不好, 用传统种植技术凭经验盲种, 植入角度不准确, 很容易会伤害到神经管, 即使只有0.01毫米的差距, 也会影响种植效果。而计算机导航技术完全可以避开神经管, 将牙根精准无误地顺利植入, 精准度达到1微米, 相当于一根头发丝的1/60。

植得口腔刘明舟院长介绍, 计

算机导航种植牙技术, 是通过CT多角度的数据分析, 制作出种植导航板, 在计算机的辅助下, 就像汽车导航仪一样, 精准判断牙根的最佳角度和深度, 并且伤口微小, 骨愈合快, 有效缩短恢复时间。

方案确定后, 植得口腔刘明舟院长采用计算机导航技术+即刻种植技术, 仅用一个半小时, 让赵先生重新拥有一口新牙。

#### 计算机导航种牙技术 走进美国哥伦比亚大学

日前, 植得口腔刘明舟院长受美国哥伦比亚大学牙学院的邀请, 远赴美国纽约参加为期2天的国际种植牙研讨会。在会

上, 刘明舟院长向世界顶级种植牙专家, 就计算机导航种植牙技术在我院的成功运用, 进行了分享, 植得口腔超精准的种牙技术赢得了世界瞩目。

据了解, 计算机导航技术最大的优势是精准、安全、微创无痛、种牙速度快, 因为有德国CT做“慧眼”和种植导航板做“导航”, 只要牙槽骨符合条件, 就可凭电脑设计种植方案, 智能化植入牙根, 全程微创无痛, 让顾客种牙更安全、更放心。截至目前, 已经有1000多名缺牙顾客凭借此项技术, 重获好牙齿。种牙热线: 400-0371-133。 李鹏云



## 通风换气补水分 多吃白菜少洗澡

12月7日是二十四节气中的大雪节气, 受暖湿气流和冷空气的影响, 郑州最近会有较明显的降温、大风天气过程。专家提醒, 大雪期间降水量少, 风多风大, 较为干燥, 供暖的家庭应注意居室通风换气, 保持湿度, 大白菜、胡萝卜缨都是这个节气较好的食疗佳品。 郑州晚报记者 蒋晓蕾



### A 室内通风换气 湿度保持50%左右

“最近因为皮肤干燥来就诊的患者很多。”河南中都皮肤病医院皮肤科主任毛虎告诉记者, 因为空气干燥, 皮肤血管经常处于收缩状态, 汗腺、皮脂腺分泌明显减少, 尤其是开始供暖后, 更导致环境干燥、缺乏水分。老年人皮脂腺分泌减少, 会出现皮肤干燥、瘙痒, 严重的还会出现皲裂和脱皮。他建议, 供暖的家庭应注意通风换气, 最好早晚各开一次窗, 每次半小时即可。同时, 家里可备一个湿度计, 相对湿度在30%~60%人体最感舒适, 用加湿器、向地上洒水、用湿拖把拖地, 或在暖气片附近放一盆水、养几盆水仙, 都是不错的方法。

### B 多喝水少洗澡, 适时补充维生素A

“在郑州, 冬季风沙还不算严重, 但天气还是很干燥的, 除了环境加湿外, 一天中有3杯水也是要喝的。”毛虎说, 第一杯水是早晨起来喝, 可润肠燥; 第二杯水是下午4~5点喝, 可滋肾阴; 第三杯水可以在晚上9点喝, 可养心阴。除此之外, 还可以多吃一些养阴食物, 如梨、萝卜、藕、蘑菇等。 另外, 当人体缺乏维生素A时, 皮肤会变得干燥, 有鳞屑出现, 因而冬季宜多吃些富含维A的食物, 如猪肝、禽蛋、鱼肝油等, 还可常吃芝麻(麻油)、黄豆、花生等, 可改善皮肤干燥症状。

### C 大白菜护肤补水 胡萝卜缨补钙

“冬季吃大白菜也有护肤补水的效果。这主要是因为大白菜中含有丰富的维生素C、维生素E, 还有丰富的粗纤维, 不但可润肠、促排毒, 还能刺激肠胃蠕动, 促进大便排泄、助消化。”国家二级营养师王旭峰提醒, 吃大白菜时能手撕最好, 如果切的话要竖着切, 这样更能保存水分。其次, 这样切白菜容易熟, 维生素的损失减少。再次, 大白菜顺丝切能够保留更多粗纤维, 更有利于刺激肠蠕动, 以增加排毒护肤补水的效果。 “买回来的萝卜不要扔掉萝卜缨。”王旭峰说, “萝卜缨是含钙量最高的蔬菜, 非常适合补钙的人群。每100克萝卜缨的含钙量是350毫克, 钙含量几乎是大豆的一倍。一份凉拌萝卜缨就能完全满足人体每日所需的维生素A和K、55%的维生素C和27%的叶酸及10%的钙和锰。”

## 2014省会整形美容机构口碑榜候选名单

整形类	美牙类	祛痘类	投票说明
<ul style="list-style-type: none"> <li>河南整形美容医院</li> <li>集美整形医院</li> <li>东方整形美容医院</li> <li>郑大五附院整形美容中心</li> <li>梨花雨整形</li> <li>凤信子整形</li> <li>郑州芭比梦国际医疗整形机构</li> <li>郑州华山医院整形</li> <li>郑州芳艺整形</li> <li>一美整形</li> <li>屈小丽整形</li> <li>虎珂整形</li> <li>曹乐整形</li> <li>美美整形</li> <li>悦美整形</li> <li>市二院整形</li> <li>至美整形</li> <li>爱美丽整形</li> <li>张朝雷整形</li> <li>茉莉亚整形</li> <li>丽天整形</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>郑州市口腔医院</li> <li>植得口腔</li> <li>美奥齿科</li> <li>唯美口腔</li> <li>森德口腔</li> <li>赛思口腔</li> <li>精益齿科</li> <li>未来口腔</li> <li>泰安口腔</li> <li>皓齿口腔</li> <li>如意口腔</li> <li>迪尔美口腔</li> <li>郑州贝尔国际口腔</li> <li>博雅口腔</li> <li>拜尔口腔</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>河南中都皮肤病医院</li> <li>公安医院皮肤科</li> <li>痘博士国际专业祛痘连锁机构</li> <li>百年吴越祛痘机构</li> <li>苗方清颜专业祛痘</li> <li>郑州佐康专业祛痘</li> <li>苗老祖专业祛痘</li> <li>雷特恩专业祛痘连锁</li> <li>雪妍专业祛斑祛痘脱毛中心</li> <li>苗颜坊专业祛痘</li> <li>俊博士专业除痘祛斑</li> <li>苗系芳颜专业祛痘</li> <li>翠美莱专业祛斑祛痘</li> <li>韩方科颜专业祛痘连锁机构</li> <li>芸草堂专业祛痘</li> <li>俊博士专业除痘</li> <li>科痘祛痘机构</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>在你满意的医疗机构前面打“√”</li> <li>将该表格剪下邮寄至: 郑州市郑东新区商鼎路77号河南文化产业大厦A座7楼709健康部收。</li> <li>投票人信息 姓名: 手机号: 4. 咨询电话: 0371-56568120</li> </ol>
<p>投票有奖</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>一等奖 1名 价值5000元奖品</li> <li>二等奖 2名 价值3000元奖品</li> <li>三等奖 5名 价值1000元奖品</li> <li>参与奖 50名 价值100元奖品</li> </ul> <p>扫描二维码关注 郑州晚报健康</p>			<p>以上排名不分先后</p>

更多候选单位征集中……