

# 多颗牙缺失人群,你们有福了 “长”出半口牙仅需四颗植体,一颗进口种植体2390元,仅限11天

2018郑州种植牙重磅发布:植得口腔医院建院7周年,种植牙每满5000元送2000元  
植得种植牙热线:0371-65795608



## 为何一个苹果引得热泪盈眶?

10月18日,对于年逾古稀的周阿姨来说特别有意义。伴随清脆的“咔嚓”声,周阿姨快速啃掉一个苹果,并且热泪盈眶。在很多人看来啃苹果这件事,周阿姨等了近10年。

## 戴假牙竟长出了肉瘤!

10年前,周阿姨因严重的牙周炎,下颌牙接连“下岗”,仅剩5颗松动牙。后来周阿姨佩戴了活动假牙,假牙一吃东西就晃动,更可怕的是,其牙龈长出几团肉瘤,不得不手术切除。后来周阿姨去几家口腔医院咨询种植牙,却被告知问题复杂做不了,原本逢人就笑的周阿姨开始变得郁郁寡欢。

后来,在亲戚的推荐下,周阿姨来到中德技术合作的国家二级口腔专科医院——植得口腔,找到了种植中心主任高功杰。高主任行医18年,苦心研究种植技术,为无数缺牙者

带来了口福,尤其受老年缺牙者喜爱。

## 4颗植体就“长”出了半口牙!

高主任看了周阿姨的口腔CT后,发现其下颌仅有5颗松动的余留牙,且因牙周病影响,牙槽骨严重萎缩,如采用常规种植方法需8颗种植体,手术创伤大、风险高、费用高,于是决定拔除5颗松动牙,并采用“All-on-4”方案(即在下颌植入四颗植体就可以恢复半口牙)。但周阿姨有颗牙骨高度不够,种牙难度极大,要植入的植体距神经管高度仅0.4毫米,方寸间种牙,稍有误差就很危险。高主任成竹在胸,局部麻

醉、微创拔牙、平整牙槽骨、麦哲伦数字化导航植入4颗种植体、缝合创口,多个复杂环节一气呵成。

## 植得7周年院庆在即 种植“盛宴”即将开启

11月2日~12日,植得口腔医院院庆期间,国际国内种植大咖将齐聚植得,市民将享受一场种植大咖和植得种植牙团队带来的高度专业化的饕餮“大宴”。

7年口碑沉淀,种植牙每满5000元送2000元;7年感恩回馈,进口种植体惊爆价2390元。预约热线:0371-65795608

# 中消协:30款补钙产品大比拼 含钙量最大相差2.5倍 食物巧补钙,看这里

近日,中消协针对30款补钙产品发布比较试验结果报告。报告显示,30款补钙产品的含钙量最大相差达2.5倍。报告指出,由于膳食结构、饮食习惯、生活习惯等原因,目前我国人平均每天钙摄入量391毫克,仅仅达到推荐供给量(中国居民膳食营养素参考摄入量——中国营养学会)的41%。记者 白贺

## 常见食物钙含量

食物	含量	食物	含量
虾皮	991	河虾	325
豆腐	164	牛奶(鲜)	104
豆角	29	馒头	38
全脂奶粉	676	米饭	7
鸡蛋	56	黄豆	191
橙	20	人奶	30
豆浆	10	苹果	4

注:该表摘自《中国居民膳食营养素参考摄入量(2013版)》,含量单位是mg/(100g可食部)

## 女性绝经后非常容易缺钙

钙占普通人体重的1.5%~2%,超过99%的处于人体的骨骼、牙齿和指甲里。剩余的钙元素位于不同的软组织里,钙在人体血液中仅有300~350mg。

20岁以前是骨钙积累最快的阶段,选

## 中老年人需关注骨关节健康

氨糖控制着人体骨关节软骨滑膜的代谢平衡,它能大量催生和补充关节滑液,从而不断润滑关节软骨面,减少磨损,使关节部位灵活自如。硫酸软骨素在医

## 补钙同时应适当补充维生素D

维生素D的主要功能是调节钙代谢、促进钙吸收和骨组织形成。维生素D种类很多,其中较重要的有维生素D<sub>2</sub>(固化醇)和维生素D<sub>3</sub>(胆固化醇)。当维生素D

## 体力活动可提高吸收率

我国居民营养膳食指南(2013版)中钙的摄入量参考成人每天为800毫克,中老年人为1000毫克。除去一日三餐食物中的钙,就是我们需要补充的钙量。人体的营养状况、肠胃功能和体力活动都会影响钙的吸收。体力活动可提高吸收率并促

择含钙高的食品十分重要;30~35岁骨密度达到峰值,之后逐渐开始丢失;中老年人由于胃肠的吸收功能降低,尤其是女性绝经后,钙吸收降低,非常容易缺钙,那么适当补钙非常必要。

学上主要的应用是作为治疗关节疾病的药品,与氨基葡萄糖配合使用,具有止痛、促进软骨再生的功效,可以从根本改善关节问题。

摄入不足、日照不充分或吸收障碍时,可造成维生素D缺乏。经常晒太阳可促进体内维生素D<sub>3</sub>的合成,有利于人体对钙的吸收。

进钙的储存。膳食中的草酸、植酸可与钙形成沉淀而降低钙的吸收。

建议消费者购买时考虑颗粒较小的、吞咽型的补钙产品。液体钙是一种剂型,通常将碳酸钙等与植物油混合制成胶囊,服用比较方便。



# 气管插管术后声音哑 是后遗症吗?

李江(化名)今年59岁,前期因身体不适在医院进行手术并做了气管插管术,但术后出现了声音哑、咽部不利的情况。刚开始家人以为是术后反应,恢复一段时间即可,但情况一直未见好转,随后来位于心怡路与祥盛街交叉口向南50米路东的张仲景国医馆心怡馆找每周一下午坐诊的中医学博士、执业中医师、张仲景国医馆中医师孙鸿昌就诊。

孙博士对李某的情况进行了详细了解,刻诊见:插管术后出现哑,咽部不利,言语不清,胸闷气短,纳食一般,大便尚可,舌红,苔薄腻,双脉中取缓滑躁,寸口沉郁,左关大。经一番望闻问切后,综合辨证为痰湿瘀阻,肝郁化火(哑),应以健脾益肾、清肝利湿为主要治疗原则,随开处方:化肝煎加味。6剂,日1剂,水煎服。

一周后复诊,哑哑及咽部不利减轻,说话较前清晰,气短,舌红,苔薄,双脉中取缓滑,寸口沉郁。处方:瓜蒌薤白汤加味。6剂,日1剂,水煎服,分早晚两次温服。三诊:哑哑进一步减轻,气短减轻,咽痒,眠可,双脉中取缓滑,寸口略沉。二诊方加蝉蜕



若干,玄参加量。6剂,日1剂,水煎服。后随访,皆愈。

孙博士指出,患者行气管插管术后哑,言语不清,双脉缓滑躁,寸口沉郁,左关大,缓为湿象,滑为痰阻,且寸口沉,加之气短胸闷、苔腻,辨证属痰湿瘀阻无疑,左关脉大示肝郁化火,治当健脾益肾,清肝利湿。青陈皮,白芍,党参,谷芽疏肝健脾理气;丹皮,栀子,泽泻清肝利湿;熟地滋补肝肾,浙贝母清肺化痰,桔梗利咽。二诊时左关已平,寸口略沉,故用瓜蒌薤白汤加味祛上焦之痰浊,脉方相应,故能奏效。宗景

# 髌骨软骨“使用寿命”只有50岁 你的关节“炎”重吗?

50岁以上,髌骨软骨的“使用寿命”已到,软骨全层磨损,膝关节会感觉明显疼痛,逐渐产生关节炎。此时应该节约使用关节,必要时使用拐杖减轻膝关节所承受的压力。

新郑市公立人民医院外科二病区主任朱智给大家以下几点建议:

第一,控制体重。中老年人朋友应控制体重,减轻关节所承受的压力。第二,及时妥善地治疗关节外伤、感染、骨质疏松等原发病。第三,补钙,应食补,多食奶类、豆制品、水果蔬菜及海鲜等食物,

同时补充维生素D,多晒太阳,以促进钙质吸收。第四,坚持体育锻炼,预防骨质疏松。第五,注意保暖。这一点对于预防骨关节病至关重要,关节受凉容易诱发此病。第六,减少蹲和跪。膝关节疾病患者女性多于男性,其中一个重要原因是,女性一生中下蹲的次数更多,蹲和跪对膝关节的损伤都比较大。因此,要少做蹲跪的动作,别蹲着做家务或跪着擦地板;喜欢打太极拳的老人,也不要勉强蹲得太低,站着打高位太极就好。

记者 白贺 通讯员 李静