



老人牙齿没有了怎么办

◎沈甜

镶牙,简单来说就是利用缺牙处旁边的牙齿或牙槽骨,以义齿的方式对牙齿缺失进行修复。

目前镶牙的方法有:固定桥、可摘义齿(活动假牙)、种植牙。老年人常见的问题就是缺牙后不及时修复,导致邻牙倾斜,造成邻牙松动,最终可能导致余留牙脱落,影响进食及口腔健康。老年人镶牙前一定要咨询医生,并及时佩戴牙冠进行修复。

固定桥

固定桥属于一种固定假牙,其基本原理是利用缺失牙齿的一端或自然牙齿的一端做基牙,在其上制备固定体,使其与牙体形成一体,再用黏固剂将其与基牙结合,患者不能自行取下。

优点主要有固位,稳定作用好,行使咀嚼功能时,固定义齿与基牙形成新的功能整体,比较稳定且不会移位,咀嚼效率非常高;固定桥支持作用好,其承担的合力全部是由基牙及其以下的牙周组织所承担,支持力比较大,其合力传导的方式类似于天然牙;舒适度高,固定义齿的体积和天然牙比较相似,没有特别明显的异物感,更加容易适应;固定义齿戴上后不需要自己摘取,使用比较方便,不会影响患者语言功能,不会产生恶心的感觉;固定义齿的颜色接近于天然牙,符合审美标准。

缺点主要有固定桥基牙的牙体磨除量较大;固定桥的制造比较困难;另一方面,固定桥具有更严格的适应范围,不是每一个牙齿缺失的病人都能接受它,因此必须制定相应的诊断和治疗计划。

适应证

(1) 缺牙数量:通常为1~2颗,若缺齿超过2颗,则为间隔缺齿较佳。

(2) 缺牙的位置:牙齿缺失区域能存在自然牙齿,并且有正常的牙周组织。

(3) 良好的基牙情况:冠高适中、根粗、稳定,牙周组织健康,未出现过分扭曲和移位,牙齿有损伤者需进行充分的根管修复。

(4) 咬合关系:缺牙区牙槽嵴顶与对颌牙间有较大间距,对颌牙无延长,相邻牙无倾斜度。

(5) 缺牙区的牙槽沟修复:通常在拔除3个月后,前牙区的牙槽嵴不宜吸收过多,以免造成不良后果,可以在后牙区设置卫生桥。

(6) 年龄:患者年纪对于固定桥义齿的结构没有过多影响,但如果

患者的年龄太小,在基牙预备的时候,很可能会造成牙髓损坏。如果年龄太大,由于牙周组织收缩,基牙会因为承受太多的力而发生松动。

可摘义齿

可摘局部义齿是以天然牙、基托下的黏膜、骨组织为支撑,通过固定器与基托间的固位实现固定,利用人工牙修复牙槽嵴、颌骨及其周围软组织,使用者可以自主取下。适用范围极其广泛,从个别牙缺失到全口牙缺失均可采用。

优点主要有适用范围广,磨除牙体组织少;患者能自行摘戴,便于清洁;制作简单,治疗过程无痛苦;费用低廉,便于修理。缺点主要有体积较大,异物感强,有时候甚至影响发音,引起恶心,其稳定性和咀嚼效能均不如固定义齿,若存在义齿设计不合理、制作质量差或患者口腔卫生习惯差等情况,还可能给患者带来基牙损伤、黏膜溃疡、龋齿、牙周炎、牙槽骨加速吸收等不良后果。

如果想做可摘义齿,要在医生的指导下选择适合自己的假牙品牌、种类及制作方式,不能随意自行决定。义齿修复前要进行必要的检查,以保证假牙的功能和质量。

老年人在初戴义齿时会感到一些不适,如异物感强、影响发音、口水增多、恶心干呕、黏膜压痛等,但是不要太紧张,可以慢慢适应,必要时请及时就医调节。

种植牙

种植牙利用骨相容性良好的纯钛材料,将其制成与人类骨骼高度相容的圆柱形或其他形状,通过小型手术将其置入缺牙区牙槽骨,约3个月使其与牙槽嵴紧密结合,然后在其上制备冠桥,为临床治疗缺牙提供了一条新途径。种植牙具有强大的支持力量,可像天然牙一样为患者发挥咀嚼功能。

种植牙具有舒适度高、美观性

强、坚固耐用、无须磨牙等优点,已成为越来越多缺牙患者的首要选择方式。种植牙的缺点为修复周期长,一般为4~6个月;相比活动义齿,费用较高、手术恢复期较长;对患者全身健康情况要求较高,需避免高血压、心脏病、糖尿病及凝血障碍等疾病。

适应证

单个或多个牙缺失不适合或不愿接收传统义齿修复的患者;牙槽嵴重度吸收以至于过分低平或呈刀刃状,肌附着位置过高,舌体积过大或活动过度,影响活动义齿患者的固位;因心理或生理原因,不习惯戴用可摘义齿或因基托刺激出现恶心或呕吐反应者。

镶牙注意事项

(1) 老年人镶牙时一定要到正规的医院,因为现在有很多小诊所打着价格低的幌子,往往会出现技术不规范、质量不过关等情况。

(2) 老年人镶牙时一定要在医生指导下进行,因为有些老年人不明白原理,盲目地进行镶牙,这样不仅会对牙齿造成伤害,甚至会对身体造成一定的危害。

(3) 老年人镶牙后需要定期复诊,一般是半年或者一年进行一次复诊,防止余留牙龋病、牙周炎及咬合异常导致的颌骨加速吸收等。

(4) 老年人镶牙后要注意饮食方面的问题,不能吃太硬的食物和辛辣、刺激性的食物。因为老年人的牙齿咀嚼能力减弱了,不良的饮食习惯会导致余留牙创伤、牙槽骨加速吸收及义齿的脱落破损。

(5) 老年人镶牙后要注意口腔卫生清洁问题。老年人一般都有牙龈萎缩、牙结石、口臭等问题,如果不注意口腔卫生问题的话,容易导致牙龈炎、牙周炎等疾病,加速余留牙的松动及脱落。

(6) 老年人镶牙后要注意保持良好的情绪状态,因为情绪对人体健康影响非常大。

(7) 老年人患有高血压、心脏病、糖尿病等慢性疾病时要谨慎选择镶牙方式。

新血检能比X射线大幅提早发现关节炎

◎张佳欣

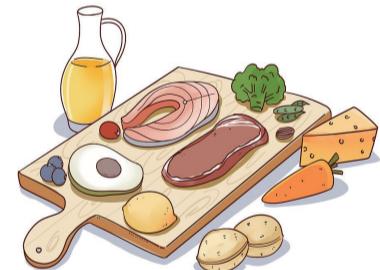
骨关节炎是最常见的关节炎形式。美国杜克大学全球健康中心研究人员报告称,通过验血检测一种新的血清生物标志物,可预测膝关节骨关节炎,比用X射线检测出这种疾病的时间提早8年。相关论文发表于最新一期《科学进展》杂志。

当前的X射线诊断方法通常只在膝关节有结构性损害后,才能识别出关节炎。

现在,杜克大学研究团队发现,血液中有一种生物标记物,可区分患有膝关节骨关节炎的女性和没有此疾病的女性,甚至可以在许多女性被X射线诊断为膝关节骨关节炎之前8年就捕捉到骨关节炎的分子信号。

研究结果显示,仅需6个血清肽(对应于6种蛋白质),就能以74%的概率区分8年后可能患骨关节炎的人群和8年后不会患骨关节炎的对照人群。

当前研究进一步证实了血液测试的准确性,确定了骨关节炎的关键生物标记物。实验证明,它可预测疾病的发展进程。研究人员表示,这一点很重要,因为血液检测比X射线提供了更多证据,表明关节中存在异常。这将为早期骨性关节炎提供一个“机会之窗”,以阻止疾病发展,恢复关节健康。



生酮饮食可能加速器官衰老

◎刘霞

美国科学家开展的小鼠实验显示,生酮饮食会导致受损细胞在小鼠心脏、肾脏、肺部和大脑内积聚,加速器官衰老,增加其罹患心脏病、癌症等疾病的风险。相关论文发表于近日出版的《科学进展》杂志。

生酮饮食是一种遵循低碳水化合物、适量蛋白质、高脂肪的饮食方式。尽管许多人为了减肥和控制血糖而采用了这种饮食方式,但其健康影响研究结果喜忧参半。

与标准饮食小鼠相比,生酮饮食小鼠器官中的衰老细胞明显更多。例如,生酮饮食小鼠肾脏内细胞衰老标志物的数量是正常饮食动物的4倍。鉴于衰老细胞的数量会随年龄增长而增加,这些发现表明,生酮饮食可能会加速器官衰老,从而增加罹患心脏病、癌症、2型糖尿病等疾病的风险。研究还显示,让小鼠重新遵循标准饮食会减少衰老细胞的数量。

研究团队指出,虽然生酮饮食在某些情况下可能有益,但并不适合所有人。