

泰康拜博口腔推出年终感恩答谢活动

面向全市缺牙市民发放种牙补贴

94岁高龄牙齿缺失患者成功完成4颗植体种植

近期,泰康拜博口腔医院(原“拜博口腔”)种植团队,顺利为一位94岁高龄的牙齿缺失患者完成了4颗植体的种植手术。

这位94岁高龄的患者患有多种慢性疾病:既往冠状动脉支架术后8年、原发性高血压病9年、慢性阻塞性肺部疾病10余年、糖尿病病史3年、结肠癌术后9年等。

泰康拜博口腔的种植专家团队联合会诊,在术前经过充分分析、反复论证,做了完善的准备,在重点评估该患者的心肺功能后,决定在监护性麻醉下实施种植手术。最终在专家团队的联合操作下,顺利种完了4颗植体,且老人术后反应良好。

先进数字化技术保驾护航 半口牙缺失也能一天恢复好牙

泰康拜博口腔成立了集种植修复、美学修复、隐形正畸于一体的数字化中心。其中,数字化种植导板引导下的种植手术极具临床优势,是现在全球公认的先进种植技术之一。该技术通过三维数据进行全口三维重建,医生可以一目了然地了解口腔神经走向、血管分布、上颌窦位置、牙槽骨状况,以确认种植体的理想位置、角度及深度,从而获得更高的稳定性,并在手术中避开重要的神经和血管,大大提升了种植手术的安全性。

此外,针对牙槽骨条件差、缺牙时间久



的半口缺牙患者,泰康拜博口腔也可通过即刻复种种植技术,用4-6颗植体重建半口牙齿的咀嚼功能。该技术在泰康拜博口腔已有上千例成功案例,并且从种牙到戴牙冠仅一天时间,当天种当天用,是非常高效、安全的种植方式。

种植专家领衔医疗团队 市民在义乌即可享高水平种牙服务

疑难口腔种植病例治疗难度大、风险高,不少口腔医疗机构会把这类患者“拒

之门外”,但泰康拜博口腔拥有省内知名教授、博士等组成的专家团,每位专家平均从医时间几十年,在国内多地享有良好声誉。

据悉,义乌泰康拜博口腔院长吴学铭就是国内较早一批从事种植牙临床的医生,曾游学德国、日本等多国与世界知名种植专家学习交流,在微创种植、复杂植骨、数字化种植、即刻种植等技术上有很深的造诣。从事口腔医疗20多年,吴学铭院长接诊过很多被诊断为“种不了牙”的患者,并在上海、江苏、浙江等省市积累了颇高的人气和口碑,很多人驱车千里慕名找他种牙。作为原深圳第一人民医院口腔科的带头人,吴学铭院长的专家号常被一抢而空。

如今吴学铭院长常驻义乌坐诊,义乌人不出家门、不排队,就能轻松预约种植专家亲诊亲种,实在便利!此外,泰康拜博口腔还会定期邀请北京、上海等一线城市知名种植专家到院内联合坐诊,为义乌半口/全口缺牙多年以及疑难种植牙案例,提供更高水准、更专业的解决方案。

>>> 惠民消息

为让义乌更多缺牙市民有一口好牙过新年,泰康拜博口腔12月推出年终感恩答谢活动,面向全市缺牙市民发放种牙补贴。参与市民可享受以下福利:

1. 全种植牙特惠:韩国进口种植牙

2000多元起,指定欧洲品牌减免3000元,并享终身质保、终身维护。

2.“四项全免”:免费挂号、免费CT拍片、免费口腔检查、免费获得方案设计。

3. 免费约专家种牙:免费专家会诊,并享受省内知名种植专家、院长吴学铭亲种。

全媒体记者 王莉莉

泰康拜博口腔种植团队领衔专家

吴学铭



原深圳第一人民医院口腔科带头人
同济大学硕士学位
中华口腔医学会会员
上海IDDC疑难种植病例设计诊断中心讲师

天冷做运动 这几个步骤别偷懒

冬季健身,特别要注意以下几点:

做好充分的准备活动 在寒冷天气下,人体肌肉、韧带的黏滞性增加,使肌肉的弹性及伸展性降低,各关节会变得比较僵硬,导致其安全活动范围减少。此时如果按照往常的方式直接开始锻炼,肌肉容易拉伤,关节也更容易受损。因此,冬日运动前一定要进行比往常更加充分的准备活动,使肌肉、关节的性能达到最佳水平。

以往在气温适宜的情况下,我们在运动前准备活动的时间一般为10至15分钟。而在寒冷天气中,准备活动时间则应该提高到20至25分钟,或到身体开始发热,微微出汗为止。

衣物增减需渐进 在寒冷天气进行运动时,要注意防寒保暖。锻炼时不可穿得过多,必要时可以戴上帽子和手套,但也不宜过多,容易妨碍身体活动。

在准备活动之后可以逐渐减少身上衣服的数量,但切忌在大汗淋漓的情况下骤然减少衣物。

选择合适的运动时间及运动量 在寒冷天气下运动,应根据天气情况和个人身体情况,合理安排运动时间及运动强度。此外,在寒冷天气下,推荐进行有氧运动(慢跑、爬山等),不仅不受场地的限制,也降低了身体不适应寒冷而发生损伤的风险。

每天进行20至30分钟的有氧运动,有助于消耗体内快速增长的脂肪,达到维持良好体形的目的。但是也要注意运动量,把运动量控制在力所能及的范围,因为过度疲劳反而会降低身体的抵抗力,给疾病可乘之机。

没错 瘦人也会得脂肪肝

“瘦型脂肪肝”并不在少数

随着大家生活水平的提高和生活方式的改变,脂肪肝的发病率逐年升高,已成为我国慢性肝病甚至肝硬化、肝癌的主要病因。人们常觉得脂肪肝是胖子才有的事。的确,脂肪肝与肥胖密不可分,肥胖人群更易合并脂肪肝。但临床上越来越多的脂肪肝患者看起来身材不错,这就是所谓的“瘦型脂肪肝”或“非肥胖型脂肪肝”。

一般来说,我们是通过体重指数来衡量是否肥胖。最新的数据显示,在体重指数正常的人群中,平均每6个人就有一个患脂肪肝,这个数目不容小觑。而且这类脂肪肝患者其实病变程度并不轻,有一部分还可能出现脂肪性肝炎,导致转氨酶升高,甚至发展为肝纤维化、肝硬化、肝癌。因此,必须要加以重视。

瘦人是怎么被脂肪肝盯上的

其实,“瘦”是相对的,仅用体重指数衡量胖与瘦有其片面性。也就是说,有一部分人虽然体重指数正常,但是脂肪分布异常,腹部和内脏脂肪含量升高,也容易患脂肪肝。其次,不良饮食结构是脂肪肝的重要元凶。高果糖、高胆固醇饮食,比如长期饮用甜饮料、食用油炸食品非常容易造成脂肪肝。合并糖尿病、高血脂也会增加脂肪肝的发生风险。

除此之外,瘦人患脂肪肝还可能与携带某些易感基因、肠道微生物环境,以及缺乏运动导致肌肉含量减少等相关。

瘦人患上脂肪肝怎么办

首先要改变不良的生活习惯,增加运动量,调整饮食结构,避免摄入过多甜食,特别是果糖含量高的食物和饮料,更不能饮酒。这类患者虽然体重相对正常,但仍然可以通过减轻体重而改善脂肪肝。目前,尚无治疗脂肪肝的特效药物,在改善生活方式的同时,要对疾病进行定期监测。

一般建议每半年到医院复查肝功能、血糖、血脂、腹部超声等,其中无创肝脏硬度+脂肪含量测定可以方便简单地对肝脏情况进行监测。如果发现病情加重,必要时可做肝组织穿刺术更准确地评估脂肪肝的严重程度。

同时要积极治疗合并的代谢性疾病,如高血压、糖尿病等。 均据人民网

一年四季手脚冰凉? 除了“虚”还要警惕三种病

冬季到了,有很多朋友都有手脚冰凉的问题,入冬后更是感觉雪上加霜。为什么有些人一年四季手脚冰凉?

冰凉说明缺乏火力滋养,火力来自哪里?气血是原料,这个原料不够,火力自然不旺;原料够了,仍然不旺,这是燃烧动力不足。手脚冰凉常见于以下原因:

气血不足 气可以推动血液运行,血可以运载气,气血相互滋生。气血不足,则推动无力,从而导致手脚冰凉。天热还好,天气一旦转凉,身体要抵抗寒邪需要更多能量,就无法滋养四肢皮毛,所以这类患者一般冰凉只发生在冬天,其他季节还好。患者

除了冬天手脚冰凉,还可并发神疲乏力、气短懒言、头晕目眩、唇甲色淡等症状。

阳虚 阳气是人的动力。阳虚的人,气血再充足但利用不起来。打个比方,火力不足,放再多的柴火进去,就像燃烧湿柴火一样,产生不了温暖。这类患者除了怕冷,还可并发面色苍白、受凉易腹泻、小便清长等症状。

值得注意的是,手脚冰凉也提示患有以下疾病的可能:

心脏功能不全 由于心脏衰弱,泵血能力减弱,无法使血液流到四肢末端,故手脚冰凉。

神经功能失调 因自主神经功能紊乱,

血管变细,导致末梢血液循环不良,体温调节机制紊乱,故手脚冰凉。

甲状腺功能减退 由于甲状腺激素分泌不足,基础代谢率下降,机体产热能力显著降低,因而手脚末梢尤其冰凉。

如何才能拥有热乎乎的小手、小脚呢?改善手脚冰凉,除避免寒凉之食,避免思虑过度外,其他的外无乎“吃饱穿暖多运动,捂手泡脚晒太阳”。

吃饱 进食可以较快地产生大量热量,让身体暖和起来,储存适量的脂肪,可帮助人体维持体温,改善手脚冰凉。

穿暖 冬季手套围巾帽子羽绒服厚靴

吃糖需懂“糖”

糖,是人体所必需的主要能量来源之一。在所有味觉中,甜味最受人类欢迎,能给人满足感。对甜味的喜好是人与生俱来的本能,很少有人能抗拒这种味觉体验。

广义上的糖就是碳水化合物。根据《食品营养成分基本术语》(GB/Z21922-2008),碳水化合物是糖、寡糖(低聚糖)、多糖(包括淀粉和除淀粉之外的所有植物多糖)的总称,其中的“糖”是所有单糖、双糖的总称。狭义的糖则一般指有甜味的单糖、双糖和甜味剂。



食品生产中常用到的单糖包括果糖、葡萄糖等,它不能被水解,但能被人体直接吸收。任何糖类都必须先消化成为单糖,才能被人体吸收。常见的双糖有白砂糖、蔗糖等,是消费者日常接触和食用最多最直接的糖。功能性低聚糖有异麦芽低聚糖、海藻糖、低聚果糖、低聚甘露糖、大豆低聚糖等。功能性低聚糖是一种进入肠道内优先为肠道微生物所利用的具有调节肠道菌群的特殊功能糖类,一般不被消化吸收。

无论是广义的糖还是狭义的糖,它们都有一个共同的特点,食用这些糖或加工过的产品会导致人体血糖升高,并产生能量。随着食品工业技术的发展,世界上糖的用量和人均摄入量也在逐年增加。糖摄入量过多,不仅导致肥胖、“三高”等一系列问题,还是引发龋齿等口腔疾病的重要原因。

2019世界卫生组织(WHO)就糖摄入量指南草案建议,成人每天的糖摄入量应控制在当日摄入总能量的5%,约合6茶

匙,25g左右。此标准比2002年提出的降低了一半。而多年来,中国政府和机构也在建议减少糖的摄入,中国居民也开始有意识地减糖、控糖。在健康化浪潮的驱动下,0糖食品饮料应运而生。

公众对0糖的误解由来已久。首先,从国家的有关规定看,固体或液体食品中每100克或100毫升的碳水化合物(糖)含量不高于0.5克,即指糖含量不超过0.5%,能量低于17千焦,热量小于4千卡,就可以称作无或不含糖食品和无能量食品。0糖并不等于真的不含糖。其次,需要辩证看待0糖食品饮料中的甜味剂。根据来源,甜味剂可分为天然甜味剂和合成甜味剂。天然甜味剂产量低、成本高,合成甜味剂能够工业化生产,成本较低。

一般而言,这些甜味剂在人体内产生的能量比较少,人体代谢它们的时候不需要胰岛素,不会损害人体健康。但实际上,关于甜味剂的研究和应用,一直在动态发展。随

着研究的进展,一些此前被允许加入食物的添加剂也被发现对人体有害,一些则因为实现了技术突破,被允许添加到国家规定的食品添加剂目录中。此外,不同国家对甜味剂的规定也不相同。美国、英国、日本等国禁止使用甜蜜素作为甜味剂,中国、欧盟、澳大利亚、新西兰等国则允许在食品中添加甜蜜素。

作为缺乏专业知识的消费者,首先,应明确日常生活中做到完全不食用任何糖分的食物是根本不可能的。日常生活中食物的糖能够提供人类所需的能量。我们应该做的是减少或避免摄入单一的高糖食品。其次,0糖食品饮料虽好,但超量摄入也有一定危害。

具体来看,在日常生活中,应从阅读食品的配料表、营养成分表开始。不妨借助一些计算食品热量的App,对每种食物中含有的营养元素形成基本的认知,粗略计算日常饮食中摄入的糖。此外,要保持适量运动、规律作息,保持身体摄入能量和输出能量的平衡。 据光明日报(图片来自网络)

义乌市融媒体中心主办 连续举办6年 值得信赖

义乌传媒第6届皮草服装直销节

线下买皮草 体验更直接 价格更便宜

你敢来 我就敢送!

年年品质保障 COME ON 超级低价

貂皮大衣 男女皮衣 派克服 颗粒绒 双面呢 羽绒服 羊毛衫

工厂补贴 豪礼送不停

消费满1800元 送 神牌拉杆箱 1只

消费满3800元 送 贵族蚕丝被 1床

消费满5800元 送 鸿源足疗机 1台

地址:江东路33号义乌市融媒体中心北展厅 热线:81558155