

# 牙缺失怎么办,全口义齿来修复!

## 牙齿脱落不及时修复,影响全身健康

据第四次全国口腔流行病学调查结果显示,65~74岁老年人中,全口无牙的比例为4.5%。俞青主任介绍,全口牙缺失后,牙槽骨吸收造成面下部高度变短,嘴角下垂,面部皱纹增多,从而面容

苍老。另外,牙齿缺失导致咀嚼功能丧失,消化液分泌减少,胃肠蠕动减慢,加重了消化系统的负担。久而久之,将导致消化功能紊乱,影响人体对营养物质的吸收,有碍全身健康。

有研究表明,咀嚼运动可以增加脑血流量,增强大脑功能,无牙颌患者出现痴呆的风险是正常人的1.9倍;缺失牙还与冠心病、糖尿病、呼吸道疾病和中风等疾病有关,严重影响患者的身体健康。

## 小贴士

为了使患者尽快适应义齿,俞青介绍,患者在佩戴义齿后还要注意以下几点:

1.牙齿缺失以后,口腔软硬组织会发生变化,如舌体变大、下颌前伸等,有时需要患者先纠正不良习惯才能进行全口义齿修复。

2.初戴义齿会出现明显的异物感,有时还会出现恶心、发音不清的现象,需要一定的适应期,多数情况下坚持佩戴后可以好转,患者要有心理准备。

3.初戴义齿后先吃软的、小块食物,慢慢咀嚼,尽量用两侧后牙咀嚼,避免用前牙切咬。锻炼一段时间后,再过渡到一般的食物。

4.进食后取下义齿,用冷水冲洗义齿,或用软毛牙刷和不含摩擦剂的牙膏清洁,同时漱口。刷牙义齿时要轻拿轻放,以免摔地跌坏。义齿不戴时要浸泡在清水中,不要在干燥环境下保存,也不要使用强酸、强碱浸泡。睡觉前务必取下义齿。

5.当义齿出现不合适,或刺激黏膜出现红肿溃疡时,一定要及时联系主治医师,预约时间进行复诊,切忌自行调改义齿。建议初戴义齿1周后进行第一次复查,之后每1-2年复查1次。

## 全口义齿是无牙患者常用的修复方式

如果全部牙都没有了,该选择哪种修复方式呢?俞青主任介绍,全口无牙的修复方式主要有两种,一种是种植义齿,一种是全口义齿。后者因为费用低、无创伤、易维护,往往成为多数患者的选择。它由人工牙和基托两个部分组成,人工牙能恢复天然牙列的外观、咀嚼和发音功能。基托的上部连接人工牙,下部的组织面通过吸附力将假牙固位于上下颌

牙槽嵴上。全口义齿的适应征比较广,几乎适合于所有的无牙颌患者。“我们给下到4岁先天缺牙的儿童、上到百岁老人都做过全口义齿。”俞青主任介绍,南京市口腔医院修复科创建于1958年,自建科以来一直为无牙患者制作全口义齿。科室里有很多医生在全口义齿方面具有高超的技术和丰富的经验。但当患者牙槽嵴条件较差、口

周肌肉过于紧张或松弛、唾液质量和量不理想等影响义齿固位和稳定的客观条件存在,或患者主观上不接受活动义齿修复时,选择种植覆盖义齿可以很大程度上提高无牙颌的口腔功能和生活质量。种植义齿的优点是恢复咀嚼功能较好,舒适稳固,使用方便,但是它对患者全身健康状况及口腔内剩余牙槽骨质和量要求较高,价格也相对比较高。

## 不断更新全口义齿修复理念和技术

“牙槽嵴的吸收会伴随牙齿的缺失终身进行,我们现在面对的很多患者,牙槽嵴的条件越来越差。”俞青介绍,他在口腔修复科工作快30年了,随着人们生活水平的不断提高,患者对活动义齿修复的期望值越来越高。为了满足这一需求,近年来,科室不断加强国内外交流,多次邀请国内外专家进行技术指导,引进了大量国际先进的全口义齿制作理念、技

术、设备和材料,全口义齿制作质量有了质的提高。比如,生物功能全口义齿修复技术是一种较为先进的全口义齿技术,它遵循生物功能原则,充分利用患者现有的解剖生理条件进行修复,在制作过程中采用了闭口式印模法、面弓转移上牙合架、哥特式弓法取正中关系、注塑基托、舌侧集中牙合人工牙的排列等技术,使牙槽嵴条件较差的患者也可以获得稳定的咀嚼

功能及良好的美学效果。俞青还介绍,随着数字化技术的飞速发展,医院引进了另一种国际先进的技术——数字化全口义齿。3D激光扫描采集患者口内数据,快速成型制作个别托盘,数字化自动排牙等技术,大大增加了全口义齿的制作精度,减少了患者就诊时间和次数,是全口义齿的发展方向,具有广阔的应用前景。



“伸一下舌头,动一动嘴巴,舌尖舔一下左右嘴角……”上周三,在南京大学医学院附属口腔医院(南京市口腔医院)口腔修复科的诊疗室中,俞青主任正在给全口无牙的患者取模制作全口义齿。他表示,随着老龄化社会的到来,老年人的口腔问题越来越受到重视。牙列缺失是老年人的口腔常见病,不同义齿修复方式各有利弊,但因为全口义齿经济实用,成为不少无牙老人首选的修复方式。

通讯员 成琳 魏敏 吴梦羽  
现代快报+/ZAKER南京记者 任红娟

# 冬季皮肤瘙痒 切忌挠抓和随意涂药膏

进入冬季,很多人都会有皮肤瘙痒。“如果出现皮肤瘙痒,请及时就医,配合适当的治疗,瘙痒可逐渐好转。”南京市第二医院皮肤科副主任医师李子海提醒,切忌自己随意用一些止痒药膏,以免出现过敏或感染。



通讯员 魏林玲  
现代快报+/ZAKER南京记者 任红娟

一天晚上,李女士突然感觉小腿瘙痒无比,挠出血痕才好一点。李子海接诊后发现,李女士后背和小腿皮肤已经挠得结痂,有的还是新鲜的血痕。

李子海介绍,像李女士这样的皮肤瘙痒,是因为皮肤物理屏障受损导致的。她解释,人体皮肤上分布着大小不等、密度不均的皮脂腺,皮脂腺分泌的皮脂,对皮肤有着天然的滋润、保护作用。进入寒冷的冬季,人体为了保存热量维持体温,皮肤毛细血管会收缩,血流量减少,汗液、皮脂的分泌随之减少,皮肤容易处于干燥状态。

如果不注意防护,皮肤就会出现瘙痒、脱屑。如果反复搔抓,久而久之,还会演变成湿疹或神经性皮炎,增加治疗难度。

“皮肤瘙痒的预防远比治疗更重要。”李子海建议,第一,要保持皮肤湿润。在秋冬干燥季节,皮肤的保湿非常重要。浴后涂上护肤霜、保湿乳之类的护肤品,千万不能怕麻烦。涂抹的时候,可以轻轻按摩,使护肤霜、保湿乳很好地浸入皮肤,效果会更好。

第二,洗澡水温不要太高,次数不要太勤。水温太高、洗澡太勤会带走更多的皮脂腺,从而加重

干燥瘙痒的症状。水温控制在37-40℃为宜,洗澡时间也不宜太长,同时避免使用碱性的香皂、沐浴液等。

第三,忌挠抓。痒,怎么办?很多人第一反应就是挠抓。但是挠抓会使皮肤不断遭到刺激,越抓越痒,容易形成恶性循环,而且还容易损伤皮肤,引发感染。

第四,贴身衣服宜棉织品,饮食宜清淡。内衣应以纯棉材质为宜,宽松舒适,避免摩擦。饮食宜清淡,多吃富含维生素A的食品,忌烟酒、浓茶、咖啡及辛辣刺激性食物。

## 口气并不可怕,找对病因是关键

口气,不仅带来社交上的尴尬令人苦恼,而且很多人试了很多方法也不管用。南京大学医学院附属口腔医院(南京市口腔医院)牙周科主任李厚轩表示,口气问题并不少见,原因也有很多,其实它并不可怕,只要及时查明病因,解决口气就不是难事。

通讯员 成琳 魏敏 吴梦羽 现代快报+/ZAKER南京记者 任红娟

据统计,80%-90%的口臭根源来源于口腔。李厚轩介绍,口腔中有未治疗的龋病、残根、残冠、不良修复体、不正常解剖结构、牙龈炎、牙周炎及口腔黏膜病等都可以引起口臭。唾液的质和量也会有重要影响。唾液量的减少,蛋白质等有机成分的增多降低了唾液的冲刷作用和缓冲作用,使细菌大量繁殖,分解唾液、龈沟液及食物残渣中的有机成分,产生大量的挥发性硫化物、吲哚等物质,引起口臭。“有些戴假牙的人不注意假牙的清洁,口腔也会有气味。”李厚轩说。

有些患者平时不注意口腔卫生,不刷牙,不漱口,或刷牙马虎,这样导致口内食物残渣长期积存,在细菌的作用下发酵腐败分解产生的物质,就会发出一种腐烂的恶臭。另外,食用了某些药物或洋葱、大蒜等刺激性食物,睡眠时唾液分泌量减少所致的细菌大量分解食物残渣,饥饿、抽烟等都可能引起短暂的口臭。

口臭除了来源于口腔之外,还

有一部分非口腔性口臭一定要引起大家的注意,李厚轩介绍,急慢性胃炎、消化性溃疡出现酸臭味;幽门梗阻、晚期胃癌常出现臭鸭蛋性口臭;糖尿病酮症酸中毒患者可呼出丙酮味气体,尿毒症患者呼出烂苹果味。另外,白血病、维生素缺乏、重金属中毒等疾病均可引起口臭。

李厚轩建议,有了口臭,一定要先查明病因。如有可能引起口臭的口腔疾病,未治疗的龋齿、残根、残冠、不良修复体、牙龈炎、牙周炎及口腔黏膜病等,应及时治疗。对于某些唾液分泌较少的患者,可通过多饮水、刺激唾液分泌或使用替代物增加唾液量来减轻口臭。

另外,要勤刷牙,每天至少刷2次牙,每次2-3分钟,最好在刷牙的同时使用牙线、牙间隙刷、冲牙器等对牙邻面进行清洁,用舌刮器对舌面进行清洁。每天清晨空腹喝一杯温盐开水,可调节胃肠功能,有利于消除口臭。