



春种秋收 种植牙正当时

春回大地，万物复苏，春天是自然界各种生物萌生发育、弃故从新的好时机。人也不例外，这不，家住长沙市白沙家园牙齿缺失已两年的王爹爹就决定到口腔医院镶个牙。经过检查，医生认为，王爹爹可以考虑做种植牙。临床上，种植牙是修复牙齿缺失中效果媲美真牙的方式之一，下面就让长沙市口腔医院友谊路院张敬阳博士、主任医师给我们做一个详细介绍吧！

缺牙怎么补？

张敬阳博士介绍，对于很多中老年人来说，缺失牙是很常见的口腔问题，没有一口好牙不仅影响咀嚼和进食，且会增加患其他口腔疾病的风险，也不美观。那么，该怎样修复牙齿呢？目前，活动假牙、烤瓷牙和种植牙是缺牙的三种修复方式，大家可以详细了解一下。

1. 活动假牙 顾名思义，就是可以活动、拆装的假牙，由假牙和牙托组成，依靠义齿的固位体和基托来固位，用人工牙恢复缺失牙的形态和功能。活动假牙有不足之处，即不能充分恢复咀嚼效率，可能会影响发音，且常有异物感。此外，经常摘戴容易

造成义齿及相邻牙的损伤。

2. 烤瓷牙 做烤瓷牙体、烤瓷牙桥，要将需要修复的牙齿两边的两个牙磨小，套上烤瓷牙套。修复完后的牙齿，需要依靠邻近的好牙才能够进行咀嚼等动作。

3. 种植牙 种植牙不涉及邻牙，更不会损伤邻牙，它是缺一颗补一颗，不需要像烤瓷牙那样搭起一座“桥”来支撑假牙。种植牙形态美观，咀嚼功能和真牙一样，因此被誉为“人类的第三副牙”。

种植牙有哪些优点？

1. 稳定性 种植牙不会像普通活动假牙一样在吃饭或说话时可能发生脱落，造成堵住气管或食道的危险。

2. 安全性 人工牙根深植于牙槽骨内，对牙槽骨有功能性刺激，能保护牙槽骨结构，避免其萎缩。

3. 健康牙完全保留 健康的牙齿可以完全保留，不需要磨掉邻近健康的牙齿。

4. 稳固的人工牙根 良好的固位和稳定作用可增加舒适感，咀嚼功能大大优于其它假牙。

5. 使用年限 人工植牙可以有很长的寿命，一般使用期限超

过40年，在保护良好的情况下可以终生使用。

6. 外型美观 不会外露金属，像自然牙一样自然、美观，更有利于保持口腔卫生。

哪些人群不适合做种植牙？

张敬阳博士提醒，种植牙手术涉及到全身状况和口腔局部情况，对于一些系统疾病不能控制者，不宜做牙齿种植。主要有以下几类患者：**1、心脏病患者；2、血液病患者；3、高血压患者；4、糖尿病患者。**此外，在服用对骨质的代谢和整合有影响的药物期间，医生一般不推荐做种植牙。

当然，近年来随着医学技术的进步，种植牙手术的条件已放得相对宽泛。只要高血压或者糖尿病在可控范围，并且患者能够积极配合，把血压值和血糖值控制在符合种植牙手术标准范围内，也是可以种牙的。

温馨提醒：

对于需要做种植牙的患者建议选择正规的口腔医院，种植牙是创伤非常小的手术，国外种植牙是缺牙的首选方案，大家进行种植时不必过于焦虑。

通讯员 余涛

科室简介

长沙市口腔医院种植中心成立于1993年，是湖南省最早成立的专门从事口腔种植临床工作的专业化科室。现已成为设备先进、技术精湛、服务优良的专业化种植中心，近10年来使用种植体临床修复总数超过两万颗，为湖南省首位。种植修复存留率达98.7%，达到国内外先进水平，被长沙市政府授予“名医工作室”的荣誉称号。

中心拥有医务人员72人，其中医生32人，博士研究生3名，硕士研究生25名，是一支由高学历、高职称、高技术的种植外科医师和种植修复医师组成的专业种植团队。中心接收各种复杂疑难种植患者的治疗，开展多项新技术，诊疗范围包括：**1、牙列缺损种植修复；2、牙列缺失的种植义齿修复；3、即刻种植术；4、即刻修复技术；5、拔牙区牙槽嵴位点保存术；6、骨引导再生术。**

友谊路院：长沙市天心区友谊路389号

咨询电话：0731-83878424

五一路院：长沙市芙蓉区五一大道844号

咨询电话：0731-84890076

星沙门诊部：长沙县星沙开发区开元路27号

咨询电话：0731-84875988

专家介绍



张敬阳 长沙市口腔医院友谊路院坐诊专家，口腔医学博士，主任医师。擅长各类固定、活动义齿修复；各种口腔种植手术和修复；牙齿美学修复；复杂咬合重建；口腔修复疑难疾病综合治疗。

坐诊时间：周一至周五

地址：长沙市口腔医院友谊路院(天心区友谊路389号)

你的刷牙方法有没有错？

刷牙看似一件日常小事，却有很多人刷牙刷错了，或者刷牙的频次没有掌握好。接下来，我们来看看刷牙中你做错了哪些事。

错误一：刷牙早上一次就够了

刷牙是每天早晨必做之事，除了清洁口腔，还可以保护牙齿和粘膜免遭细菌的毒手。

细菌有多厉害？厉害到能影响你的寿命！曾有研究显示，严重的牙菌斑、口腔细菌问题会使患癌风险增加80%，从而减少13年的寿命。另外，牙菌斑在口里兴风作浪，易导致牙龈出血、口臭、龋齿、牙齿脱落等。

所以，记得早、中、晚各刷牙一次。一天刷牙两次以上的人对比一天只刷一次的人来说，将使口腔癌或食管癌概率降低30%。而完全不刷牙的人患癌的概率是一天刷一次牙的1.8倍。

错误二：刷牙用力才干净

长辈们总是告诉孙辈，刷牙一定要用力，才能将细菌赶走。可事实上，刷牙用力过度却容易损伤牙齿。

牙菌斑虽附着在牙齿上，依附力却不强。只要你的刷牙方法得当，可轻松将细菌斑除去。如果刷牙老是用力过度，很容易破坏牙龈组织，暴露牙根，使之对各种刺激过于敏感。



错误三：横向刷牙

正确的刷牙方法是竖向45度刷，很多国人却始终改不了横向刷牙的习惯。

横向刷牙的时间长了，牙缝里的垃圾无法清除，牙龈损伤、牙本质敏感、牙齿根部楔形缺损都会接踵而至。赶快停止这种错误的刷法，防止牙齿进一步受损。

错误四：家人共用一支牙膏

家庭中常备一支牙膏，众人共用，丝毫没有觉得一丝不妥。可是，这种做法却暗藏着健康隐患，比如说，很多口腔疾病通过牙膏的传递交叉传染。

假如家庭成员中有一个人患上口腔疾病或感冒了，细菌或病毒容易附着在牙刷的毛缝中。当牙膏和牙刷相互摩擦时，易将病毒和细菌传播给其他人。

另外，像幼儿也应选择专用的牙膏，更能预防儿童期的口腔疾病。

苏雨霞

种植牙术后注意事项

1. 保持口腔清洁 种植牙有类似天然牙的牙体与牙周关系，所以要像爱护真牙一样，早晚刷牙，保证口腔的清洁环境。

2. 饮食习惯 尽量避免吃太硬的食物，因为种植牙也会和真牙一样受到磨损。

3. 定期洁牙 种植牙术后应定期

到口腔医院进行洁牙，去除平时刷牙无法清除的牙结石和牙菌斑，从而维持种植牙的长期清洁和稳定。

4. 定期复诊 及时观察种植牙的使用情况，以及整个口腔的健康状况，采取维护措施，保证种植牙和整个牙周的稳定。

一吟

牙龈增生原因多

牙龈增生是指牙龈的体积增大，因其致病因素不同而有很多类型。

青春期牙龈增生 青春期孩子由于牙列拥挤、口呼吸、激素水平的变化，容易发生牙龈增生，轻者只是波及龈乳头或者龈缘，然而忽视症状及表现，就会加重牙周炎症，最终导致严重的牙周问题。

不良修复体刺激导致的牙龈增生 慢性炎症性牙龈增生，起始于龈乳头和边缘龈，两者共同膨大，像救生圈一样围绕牙颈部。

局部牙体解剖结构发育异常 某些上颌侧切牙，腭侧发生解剖性畸形，畸形根面沟使龈沟底封闭不良，上皮在该处呈病理性附着，并形成骨下袋，成为细菌、毒素入侵的途径，易导致牙周组织的破坏。

药物性牙龈增生 因长期服用抗癫痫药物、某些降压药、环孢菌素类药物，可使原来已经存在的炎症性牙龈发生纤维性增生。

糖尿病 当患者的血糖控制不佳时，牙周组织的炎症较重，龈缘红肿呈肉芽状增生，易出血和发生牙周脓肿，牙槽骨破坏迅速，导致深牙周袋和牙松动。

牙龈纤维瘤病 属家族性或特发性牙龈纤维瘤病，表现为牙龈的弥漫性纤维增生，可累及全口的龈缘、龈乳头和附着龈，甚至直达膜龈联合处，以上颌磨牙腭侧最为严重。增生的牙龈可盖住部分或整个牙冠，以致妨碍咀嚼，牙也常发生移位。

白血病 白血病患者常因牙龈肿胀出血而首先就诊于口腔科。牙龈颜色苍白或暗红发绀，组织松软而脆弱，牙龈肿胀常为全口性，有口臭，牙龈有明显的出血倾向。

出现牙龈增生时要及时到口腔科就诊，医生会根据病因的不同对症治疗。

吕文