

# 冬季进补,卧龙百乐口腔给你一口好牙!

冬季是养生进补的好时节,尤其是身体较为虚弱的中老年人。然而,在我们身边,中老年人缺牙现象十分普遍,他们没有一口好牙,不能啃排骨之类硬一些的食物,简单的食补也成了难题,营养自然就跟不上了。

位于市城区人民北路盛德美斜对面的卧龙百乐口腔的胡钦通院长介绍,目前国际上公认的缺失牙修复办法就是种植牙,可以修复单颗缺失牙、多颗缺失牙、全口牙缺失。“种”的牙齿感觉舒适,咀嚼效率高,几乎与真牙相媲美,可以称其为“人类的第三副牙齿”。随着种植牙技术的进一步发展,目前临床更为先进的半/全口即刻无痛种植技术不仅减少了种植体的植入,为患者节省了费用,而且可有效降低种植牙修复的风险。通过计算机精准定位,将种植创口控制在2mm以内,控制手术种植体植入的角度、方向和深度,快速完成种植体植入,不“盲种”。百乐口腔种植可以实现微创种植手术:出血少,疼痛少,恢复快,种植牙时间短;在术中精确地定位和控制种植体的植入方向,提高外科手术的精准度,当天种牙当天就可以戴牙,口腔条件好的当天就可以吃东西。

不少缺牙患者提出疑问:在这渐冷的秋冬季节,适不适合做种植牙手术呢?

胡钦通院长说,冬季伤口不容易发炎,而且愈合得比较快,利于患者术后康复。冬季天气寒冷干燥,不像夏天湿热的环境容易引发感染,冬季持续的低温在一定程度上抑制了细菌的正常繁殖,也就为患者术后伤口的顺利愈合提供了一个较高的保证。因而,在所有季节中,冬季做种植牙手术是更合适的。

理论上讲,种植牙治疗没有年龄上限,从18岁颌面部发育完全的成年人到80岁的老年人,如果牙周情况允许,身体状况尚可,糖尿病、高血

压、心脏病等基础疾病控制良好的情况下,都可以进行种植治疗。

“种牙、矫牙是严谨而专业的过程,一定要选择正规的诊所或医院,在专业牙医的指导下进行治疗。”胡钦通院长提醒说。

来卧龙百乐口腔看牙的市民,可享受口腔专家胡钦通院长的亲自诊疗。胡院长毕业于大连医科大学口腔医学专业,从事口腔临床20余年,系美国隐适美正畸认证医师、正雅认证医师、中华医学口腔专业委员会种植牙委员,主攻种植牙、口腔正畸、口内修复、口腔美学修复等,曾多次参加学术交流,潜心钻研口腔诊治以及美学修复,擅长口腔种植牙、正畸牙、美容冠修复、微创无痛拔牙等。

卧龙百乐口腔系全国口腔连锁品牌,已有26家口腔连锁机构,德国KAVO、美国bicon、瑞士ITI士卓曼、意大利BB、韩国Dentium、中国康盛等国内外优质品牌种植系统。长期聘请省城口腔专家坐诊,由资深教授带领技术团队,采用与国际接轨的专业口腔诊疗技术,先进的诊疗设备,让种植牙诊疗方案更加科学严谨,确保医疗质量与安全。

气温虽降,人间有爱。卧龙百乐口腔年终感恩回馈消费者:韩国种植牙3800元(包含韩国种植体+基台+烤瓷牙冠),德国、美国、瑞士种植牙5折,半口、全口种植牙直降40%,传统自锁矫正牙、4950元起,隐形矫正牙6折,牙齿美白、贴面6折。

冬季进补,时不我待。备受缺牙困扰的市民,卧龙百乐口腔将以质优价廉的专业服务,给你一口好牙!不到百乐不种牙!创百年齿科!享百乐品质!

卧龙百乐口腔爱牙热线:63180888

## 胃痛患者 养生小窍门

1.经常胃痛的人,饮食要定时定量,避免暴饮暴食。每日三餐或加餐均应定时,数量要平均,间隔时间要合理。

2.胃痛患者饮食宜清淡,少吃肥甘、生冷、酸辣刺激性的食物。

3.急性胃痛的人应尽量少食多餐,平时应少吃或不吃零食,以减轻胃的负担。

4.有的胃痛或是饥饿导致的,因此平时可以准备一些软质、易消化的食物。

5.平常尽量穿舒适、宽松的衣服,避免腹部受压。

6.情绪不稳定容易损脾伤胃,导致胃失和降,从而发生胃痛,因此,平时应保持心情愉快。

南阳市第八人民医院全天可开展无痛电子胃肠镜检查,精查胃镜,消化道早癌筛查!

地址:三楼内镜室

魏江华:15837781656

侯森:18336633171

## 揭开重症医学科 神秘面纱

重症医学科,又称ICU,在大多数人的印象中,ICU既冰冷又神秘,往往是紧闭的自动控制大门,鲜明的止步提示语,气氛紧张、神圣又略带神秘。

实际上,ICU是应用现代医学理论,利用高科技现代化医疗设备,对危重症患者及时采取系统的、高质量的、先进的医学监护和救治手段,进行连续、动态的定性和定量观察和干预措施,最大程度挽救患者的生命、改善患者生存后的生活质量。

在ICU里,躺着全院最危重的病人;这里,时刻上演与死神争夺生命的画面;这里,有着时刻准备投入“战斗”的“特种兵”,他们就是ICU人。在这里,患者是特殊的群体,病情危重且无家属陪同,其中很多患者心理负担重,常见的原因有:对自己病情的担忧、没有家人的陪伴、自身的病痛、治疗环境的噪声及灯光的刺激等,所以ICU人文关怀显得尤为重要。作为一名ICU人,不仅仅要承担繁重复杂的临床工作,更重要的是,要像家人一样给予患者无微不至的照顾以及战胜病魔的信心和力量。“有时去治愈,常常去帮助,总是去安慰”,ICU人始终秉承“专业与人文并重”的理念,在追求高精尖医疗技术的同时,注重对危重症患者的关怀。

这里精良的医疗设备虽然冰冷,但ICU人是温暖的,我们用爱心与耐心让冰冷的机器绽放生命的希望之光,让患者感觉家人仿佛就在身旁。过硬的专业技术知识,是医生医治病人的根本。对患者和患者家属进行心理和情感支持也是治疗的一部分。通过开导,让患者增加了战胜病魔的信心,对疾病的治疗也起到了事半功倍的效果。所以,ICU也是充满希望、温暖和爱的地方。

(南阳市中心医院综合ICU 李长力)

## 蹇氏经筋疼痛平衡新疗法

本疗法源于中医四大理论体系:1.整体“气一元论”,气帅血行、气血共振以经应脏终达阴阳平衡、调理脏腑。2.病在腠理,梳腠理补经络之虚实、通经消瘀。3.病在经筋,“筋为刚,肉为墙”、筋归位循环畅。4.病在骨骼关节,脊梁正不生病。

蹇氏经筋膏为南阳市第六批非物质文化遗产,采用纯中医遵古炮制,以浸泡三月药液开穴,药粉补气血、软肌消骨刺祛邪封穴。

本疗法从人体整体观评估经络虚实、经筋力线失调、骨骼关节错位等情况,以病因、分层次对筋对骨治疗,最终达到筋柔骨正、气血通畅,从而治疗各

种颈肩腰腿疼、骨质增生、各种关节炎及相关经络不畅而引起的内脏系统疾病。

联系人:蹇鹏

联系电话:18736650266 60209929

地址:卧龙区石桥卫生院中医科二楼(南阳方向乘坐鸭河公交车到石桥医院下车即到)

### 卧龙区石桥镇卫生院 中医科特色疗法简介

## 破解秋季皮肤瘙痒有妙招

秋季皮肤痒痒痒,怎么破?广州中医药大学第三附属医院陈雨佳中医师为读者推荐食疗方,助你和瘙痒说拜拜。

①桃仁高粱粥

组成:高粱米1000g,桃仁100g(也可按10:1搭配)

制作用法:煮粥,一天2次食用

②银耳百合粥

组成:鲜百合50g,银耳10g,大米100g

制作方法:将百合洗净切碎,银耳用温水发开后,洗净切碎,与大米同煮为粥。百合,味甘性微寒,有养阴润肺、清心安神的功效;银耳,味甘淡性平,有滋阴润肺、养胃生津的功效;大米益气健脾。三者同煮为粥,具有润肺养阴、健脾生津的作用。③

据《羊城晚报》

