

媳妇生二胎谁来养？

婆婆牙博士种牙求健康



儿媳借口老人身体不好 拒生二胎

“单独可生二胎”的政策刚刚放开，许多小家庭都开始欢呼雀跃，他们早想给老大生个伴了，却一直没有机会；或者有些家里几代单传总想生个“带把的”。可是，却有一群人因为生二胎闹得心力交瘁、疲惫不堪，这群人就是儿媳妇和婆婆们。

家住江东区的晓寒最近就为生二胎问题与婆婆李阿姨闹别扭。李阿姨觉得，孙女已经上学了，自己和我老伴都才六十出头，可以帮忙带孩子。晓寒的母亲也希望再抱一个孙子：“你看，去年我生病住院还不多亏了你弟弟，要是单靠你一个人，你忙得过来吗？”晓寒母亲认为家里有两个小孩更热闹，彼此有个伴，长大后还能有个帮衬。

一席话说得晓寒无言以对，她只好推脱说婆婆身体太消瘦，时不时消化不良，犯胃病，抵抗力不好，再带个孩子会把身体累垮。李阿姨一听很激动：“我那是缺了几颗大牙，咬不烂东西才消化不良，最近听说有种植牙，我去种个牙，以后身体肯定没问题。”这下，晓寒彻底服了婆婆。

六旬老人为再抱孙子 种牙求健康

第二天，李阿姨就向一起晨练的老年朋友打听种植牙的事儿，恰好见多识广孙大姐就做过种植牙。孙大姐起初只掉了2颗大牙，她没在意，随着时间推移，邻近的牙齿最后也一个挨一个的松动、脱落，下排牙齿就这么慢慢掉光了，上月孝顺的儿子刚带她到牙博士医院做过种植牙。据孙大姐讲，种牙很方便的，现在吃饭什么的方便多了。

李阿姨心动了，不过想起早些年看牙的不快经历，心里还是有些害怕。细心的儿子早就帮她预定好了宁波牙博士口腔医院的韩国专家。牙博士医院精研种牙多年的即刻种植牙技术，具有“快、准、精、微”的优点，一顿饭的功夫就能把新牙“种”好，全程微疼。同时，宁波牙博士医院特别关爱缺牙人群，提供便捷化的私人定制高端服务。

1小时种下三颗大牙 专家显功力

渴望再抱一个孙子的李阿姨，当天就赶到了牙博士口腔医院。伴着音乐，喝着咖啡，躺进豪华宽大的牙椅上，看着纤尘不染的环境，李阿姨紧张神经不自觉地放松下来。“韩国专家，种植牙会不会像活动假牙那样咯舌头啊？”李阿姨对种植牙还不是很了解，牙博士的韩国专家金勇和博士为她做了详细、专业的介绍。

原来种植牙是将人工牙根植入牙槽骨，稳定且牢固，能很好地恢复咀嚼功能。而且没有基托与卡环等结构，就像从牙槽骨里长出来的真牙一样，不会有异物感。牙博士即刻种植技术，先进的检测设备全方位扫描准确获取牙槽骨及口腔内部各项数据，医生进行全面细致的诊断和治疗，“种牙不再摸黑”，实现高效、准确、安全的种植。这下李阿姨放心了。

经过专业检查和会诊，经验丰富的金勇和博士根据李阿姨的骨骼、骨量、骨密度、骨宽度等条件推荐合适她的种植体。短短一个小时就种完了3颗大牙，李阿姨照着镜子，看到贝齿重生，种植牙外观可以媲美真牙，并与脸型、嘴型、骨结合情况高度对称与协调，李阿姨很是惊讶：“太神奇了，我以前做活动假牙来回折腾

了好几趟呢！”

食欲大开，气色见好转

原本酷爱厨艺的李阿姨，种完牙后更爱下厨了。香酥排骨、红烧肉、咖喱鸡块……每天变着各种花样。“不能辜负了这种植牙啊，而且我得把自己跟儿媳妇的身体养好，她好生孩子，我好带孙子！”牙齿好了心情也好了，李阿姨每天的锻炼也更勤了。

儿媳妇被逼得哭笑不得，“看来我这生二胎是逃不掉了。不过我婆婆自从做了种植牙后，气色好了，人变开朗了。也没再听她说过哪里不舒服了，家里的气氛更加和睦，我也替她高兴。”

专家提醒：缺牙不补影响健康

牙博士种植专家介绍，父母那一辈，由于过去口腔健康知识不够普及，对口腔健康也不够重视，因此，很多父母都不同程度地出现了牙周病、龋齿或者牙齿脱落。缺牙不及时修复还可能导致咀嚼功能减退，牙周组织病变，还影响美观。

调研发现，9成左右居民存在口腔健康问题，60%的人患有牙周病；国际上通用的标准是80岁时还能拥有20颗健康的自然牙。

“孝敬父母送好牙”正成风尚

当今，不少老人缺牙后怕花钱，仍然将就劣质假牙吃饭，麻烦不说，还经常导致周边的真牙受到连累，引发口腔炎症。送父母高档的种植牙感谢他们的养育之恩，已经成为不少孝顺儿女的贴心举动，让父母一次种植，长久受益；同时种植牙能让父母面容饱满，也是他们晚年倍儿有面子的事。

看着母亲种牙后，吃嘛嘛香，“像个孩子似的开心满足地笑”自己感觉特别幸福，李阿姨的儿子介绍说。

即刻种植牙是缺牙老人的放心选择



种植牙是口腔医学界公认的缺牙修复的理想方式，即刻种植牙更是得到大力推广、广泛认同，被世界口腔界

称为“适合亚洲人群的缺牙修复方式”。

随着亚洲品牌的齿科诊疗研究机构牙博士口腔医院强势入驻宁波，国际先进的即刻种植牙技术落户宁波。即刻种植牙技术，是多年临床与科研的精华，以安全性、微创性、精细性、即刻性和高成功率在国际齿科种植修复界独树一帜。该技术依托口腔数字化工作平台，在具有丰富临床经验的专家操作下，通过全景扫描定位立体成像，计算出患者缺牙部位的牙槽骨组织情况，准确计算出种植牙的位置、角度、深度，做到量体裁衣一气呵成。

牙博士实行严格的消毒隔离流程，一人一诊室一治疗室一医一助一机一用一消毒；通过16层进化消毒，达到无菌诊疗模式。权威的专家团队、先进种植设备、无菌的手术环境，高端服务团队，让市民得以在牙博士口腔医院享受专业、安全、舒适的美牙服务，成为口腔界争相效仿的典范。

记者 毛雷君

咨询请拨打东南商报健康事业部“一拨就灵”热线

我的晚年我做主，活出风采，活出质量

宁波夕阳红老年人俱乐部正式成立 招会员了

您是否因退休年长还身怀艺术才能、心怀艺术追求？您是否因儿孙羽翼丰满无法陪伴而孤独寂寞，无所事事？您是否晚年独在异乡，缺少朋友？您是否正在寻找一个让您安心放心的平台，展示自己的才艺，发挥余热？

为给广大中老年人带去更多的健康和欢乐，让中老年人享受晚年的健康和幸福；宁波夕阳红自愿者联合牙博士口腔医院，于2015年9月成立

“宁波夕阳红老年人俱乐部”，旨在为广大中老年朋友提供名类免费的才艺展示或优惠的健康信息及人文交流平台。俱乐部的宗旨是，让中老年朋友花较少的钱，过更精彩丰富的生活。

报名对象：具有一定文艺才能（舞蹈、曲艺、摄影、书法等）或者为人热忱、性格开朗，热爱组织或参加各类活动的中老年朋友。

咨询请拨打东南商报健康事业部“一拨就灵”热线

中秋过后咋养生！这些好的食疗方就能解决问题！



过了中秋节，温度难免骤降，感冒不停，嗓子冒烟，皮肤干涩、消化问题，突然全来了。不要忙着服药，一些好的食疗方就能解决问题，不妨参考一下。

用具有润燥作用的中药做药粥，如沙参、百合、麦冬、黄精等熬粥，用菊花、麦

冬泡茶等，均可起到清火润肺的保健作用。尽量少吃或不吃辣椒、大葱、生姜等燥热之品。

五汁饮

比较经典的一款养生茶，将梨汁、荸荠汁、鲜芦根汁、麦冬汁、藕汁各等分，将5种汁放入锅内，加水适量，置大火上烧沸，改小火煮30分钟即可，有润肺止咳的作用。

山药百合炖鸡汤

将黄母鸡肉200~300克洗净，切成小块。与山药、百合各30克，加水适量，放入砂锅中小火炖1小时左右。此炖品可补气养阳，为深秋进补之上品。

陈皮、山楂水、冬瓜薏米粥

陈皮：如果偶尔肉吃多了，消食首选的不是茶水，而是陈皮。可以去中药店买一些陈皮，非常便宜，用砂锅煮水，让全家人喝一喝。

山楂干：如果是中年人的话，可以买点山楂干，最好也去中药店里买，质量有保证，用砂锅煮水就比较好（山楂汁糖分太多，凉茶性寒，都不是最佳选择）。

冬瓜薏米粥：老年人大多脾胃虚寒，暴食后吃点冬瓜薏米粥，记得少加盐，稍微加点白胡椒，养胃效果不错。这些都是跟正规中医学习的，实践起来还是很有效的。

中秋天气干燥，加上喝水太少，嗓子开始发出预警信号了，干涩发痒，可以来点便宜好吃的“水果萝卜”。

买来新鲜的水果萝卜，切成薄片，当水果吃几片，嗓子开始变得顺滑起来，干涩感立马减轻不少，嗓子也不觉得那么痒了。在日常生活中将生萝卜作为果品食用，能润喉清嗓，对痰热咳嗽也有一定作用。但脾胃虚寒的人要少吃。

不变的红糖姜汁水

中秋早晚温差大，想必感冒的人不少，不妨试试老方法——红糖姜汁水。

在红糖水里加生姜丝，熬10分钟让姜汁入味，然后趁热喝下去，顿感温暖遍布全身，鼻子也通气了，嗓子感觉也好多了，再注意下保暖，多穿些衣服，这小感冒也就过去了。红糖益气补血、

健脾暖胃，平常常喝也能预防感冒。

皮肤干燥——早晚来杯雪梨豆浆

第一推荐喝雪梨豆浆，二推荐喝百合豆浆，都是热饮。可以选150克的湿黄豆，雪梨一个，百合一般是10克，取中等水位，直接打浆即可。

其实，喝豆浆完全可以成为一种习惯，可以和任何食物搭配。比如玫瑰花豆浆，对女性特别好。如果想有甜味，不一定非要加糖，像南瓜、香蕉等，本身甜度就挺高的，口感不错。