

## 种植牙的那些事儿(二) 缺牙的3种不同修复方式



1. 活动牙：靠钢丝固定在周围的牙齿上，每天吃完饭要取下来清洁。其优点是简单、便宜。但舒适度、美观度、咀嚼效率、易用性都是最差的。

2. 烤瓷牙：烤瓷牙是种植牙出现以前，最舒适、最先进的固定修复方式。比如缺了一颗大牙，就需要磨除边上的两颗好牙，然后做成3颗连在一起的烤瓷牙。

公平地说，烤瓷牙是一种很成熟，效果也比较好的修复方式。但是最大的缺点是要磨除两边的健康牙。牙体组织一旦磨除，就永远无法恢复。此外，由于缺牙区没有牙根的刺激作用，牙槽骨会缓慢萎缩。这种方式会逐渐被种植牙取代。

3. 种植牙：什么是种植牙？光听名字，很多朋友会认为种植牙是把一枚牙齿的“种子”放到嘴巴里，然后它就会生根发芽，长出一颗新牙。其实并非如此。想了解种植牙的原理，先要从拔牙伤口的愈合讲起。天然牙分为两部分，牙冠和牙根。牙冠是暴露在口腔中，承担美观和功能的部分；牙根是生长在上颌或者下颌的牙槽骨中，承受咬合力量的部分。由于牙槽骨表面被粉红色的牙龈覆

盖，很多患者会误以为牙齿是生长在牙龈里的。牙齿因为各种原因脱落或者拔除后，牙槽骨中就会留下空洞，称为拔牙窝。幸运的是，这个空洞很快会被牙龈覆盖，内部会慢慢被新生骨充满，最后全部被填平，这叫做拔牙窝的愈合。

所谓“种植牙”，其实并不是一个生根发芽的过程，而是高科技仿生的设计。种植牙由3个部件组成，分2步走。第一步是把纯钛制成的人工牙根，通过精细而无痛的手段，准确植入到缺牙区牙槽骨中。经过2-3个月，纯钛牙根就能和牙槽骨牢固结合，这一现象叫做骨整合，由瑞典学者Branemark教授在上世纪60年代偶然发现，是现代口腔种植学的理论基础。国外研究测量过，纯钛牙根和牙槽骨的结合强度，比天然牙还要高很多。等人工牙根彻底结合牢固了，就是第二步过程，医生会在牙根上面安装基台，再在基台上面安装烤瓷牙，这样就能恢复缺失牙的形态和功能了。所以纯钛牙根是埋在牙槽骨中的，是下部结构和基础；烤瓷牙是暴露在牙龈外面的，是上部结构和功能表现；基台是承上启下的中间连接结构。正是通过这3个部件的精密配合，才能组成这个模拟天然牙齿的、精密而复杂的仿生结构——种植牙。

尚善口腔(银亿时代广场2-8)  
贺刚博士(全国种植病例大赛金奖得主)

## 秋季, 试试水果煮着吃

秋季天气转凉，生吃水果容易引发腹泻，因此不妨试试把水果煮着吃。相比生吃，煮食虽然损失了一些不耐热的维生素，但能养胃润燥，增加其他的食疗功效。

**煮梨润肺。**秋季是养肺的最佳时节，多吃梨能润肺清火、补阴润燥。梨性寒，把梨煮成汤后使其寒性降低，润燥清火作用更佳。有人喜欢煮梨时削掉梨皮，挖去梨核，此举不可取，梨皮润肺止咳作用最好，煮汤时把梨洗净，直接切块煮即可。

**煮苹果防腹泻。**每年11月前后，是秋季腹泻的高发期，而煮苹果可以帮助缓解腹泻症状。苹果内含有鞣酸和果胶，鞣酸是肠道收敛剂，能使大便内水分减少，果胶煮熟后也有收敛、止泻的作用。苹果果皮含鞣酸丰富，果胶也分布在果肉内

近皮处，因而苹果煮水也不要削皮，以免有效成分流失。

**煮柚子降脂。**柚子能理气化痰、润肺清肠、健脾降脂。煮柚子最常见的方式是蜂蜜柚子茶。用刀把柚子皮薄薄地刮下来，柚子肉撕成小块，切好的柚子皮放入清水，中火煮10分钟；再放入果肉熬1个小时，放凉后加入蜂蜜，搅拌均匀即可。

**蒸橙子止咳。**蒸橙子是秋季止咳最常用的食疗方法，但只适合因气滞血淤或肺燥引起的热咳，不适合外感风寒引起的寒咳。具体方法是：把橙子洗净后用盐水浸泡20分钟；在其顶部平切一刀，形成一个盅；露出的果肉用筷子戳几个洞，然后将切下来的“盖子”重新盖回去；将橙子放进碗里蒸15分钟，蒸好后去橙皮吃果肉，碗底汁水最好也一起喝掉。



## 寻找食物中的“排毒高手”

体内有太多毒素堆积会对人体造成很大的危害，因为毒素不能按正常的道路排出去，就只能通过第二道防线也就是人体的皮肤进行排毒，很多人都有这样的体验吧，脸上出现各种斑，脸色失去红润，变得暗淡、无光，甚至会有痤疮、粉刺等，这些都是很容易困扰爱美人士的，这都是因为人体毒素过多造成的，因此排毒是一件很重要的事情，日常食物中不乏“排毒高手”，通过饮食来排毒，又健康又轻松。

**1. 绿叶蔬菜。**多项研究证明，绿叶蔬菜中的叶绿素、膳食纤维和多种植物化学物质，有利于减少污染物的吸收，促进它们从肠道排出，提高肝脏的解毒能力，减少致癌物的致突变作用。建议大家每天至少吃半斤绿叶菜，如小白菜、菠菜、茼蒿、芹菜、油菜等。

**2. 海带。**海带含褐藻胶、海藻酸等物质，可以降低血脂。尤其值得一提的是，海带中的活性物质可以与食物中的致癌物质相结合，将它们带出体外。此外，海带还富含多种微量元素，如碘、铁和钙等。

**3. 木耳。**木耳富含可溶性膳食纤维，是著名的润肺排毒食物。它可促进肠道蠕动，还能与胆固醇有效结合而预防高血脂。现代医学认为，木耳所含的一种植物胶质，有较强的吸附力，可将残留在人体消化系统的灰尘杂质集中吸附，再排出体外，从而起到排毒清胃的作用。

**4. 燕麦。**燕麦当中不仅富含纤维素和半纤维素，可以与重金属类物质结合，还

富含β葡聚糖等可溶性膳食纤维，对于降低血糖、预防高血脂等都很有帮助，也能促进食物中的污染物排出。

**5. 西兰花。**除富含维生素、矿物质、叶绿素、β胡萝卜素等多种基本营养素外，西兰花中还富含吲哚和硫氰酸盐等有益成分，这些都有助于清除体内毒素，从而减小肾脏负担，并且有助于预防癌症。

**6. 胡萝卜。**胡萝卜含有丰富的β胡萝卜素，能在人体内转化为维生素A。除了具有护眼作用外，维生素A还能够协助肝脏排除体内毒素，减少肝脏中的脂肪。另外，胡萝卜中的膳食纤维还能帮助清理结肠中的垃圾，并加速将其排出体外。

**7. 黄瓜。**黄瓜中含有丰富的膳食纤维，对促进肠蠕动、加快排泄有一定作用。其所含的黄瓜酸，能促进人体的新陈代谢，从而排出毒素。此外，黄瓜还有利尿作用，能清洁尿道，有助肾脏排出泌尿系统的毒素。

**8. 南瓜。**南瓜里丰富的果胶能促进溃疡部位的愈合，“吸附”细菌和有毒物质，包括铅等重金属物质，因而起到排毒的作用。此外，南瓜中的甘露醇有通便的作用，可减少粪便中毒素对人体的危害。

**9. 香菇。**研究发现，香菇中含有的真菌多糖是抗癌活性物质，能促进抗体形成，使机体对肿瘤产生免疫力，抑制肿瘤细胞生长。此外，香菇中的真菌多糖不仅能提高免疫力，还能很好地提高抗污染能力。

## 三叉神经痛反复发作怎么办？

三叉神经痛多发于中老年人，发作时表现为面颊、上下颌及舌部明显的剧烈电击样、针刺样、刀割样或撕裂样疼痛，持续数秒或1-2分钟，突发突止，间歇期完全正常，严重时出现面肌抽搐，痛性抽搐。随着病程迁延，发作次数增多，间歇期缩短，持续性发作，患者主要表现为疼痛、面色憔悴、情绪低落。

颅痛宁颗粒是治疗三叉神经的国药

准字号中药，获国家发明专利(ZL200410013636.6)；颅痛宁颗粒能温通散寒，活血止痛。用于寒凝血淤所致的三叉神经痛，症见侧头部、面颊部、唇舌及齿槽发作性疼痛，都有确切的治疗效果。5盒一疗程，全省免费送货。

咨询热线:0574-81197576  
地址:宁波:信谊药店(解放南路55号)  
国药准字B20040012 黑药广审(文)第2014040046号

## 骨质增生 滑膜炎 半月板损伤 关节退变“疼痛、僵硬、积水”有妙方

郑州寸草心生物科技有限公司生产的远红外关节痛消贴特别适用于关节退变引起疼痛等症，畅销宁波8年，经得起考验和对比，在专业人员指导下使用效果更好，按疗程使用更有利于康复不易复发。拨打骨科热线66891820，专业人员免费送货上门，全程指导使用！

**特别提醒：**请认准【仙草骨痛贴】到指定药店购买，该产品为外用黑膏贴剂，一个疗程15天需5~10盒，心存顾虑患者可先买5盒体验，有效按疗程使用，

无效退药退款！  
第六医院对面莱多特专销(中山东路1080号)，电话:27857004  
第一医院新大楼南镇明药房(镇明路424号)，电话:27859198

畅销8周年，10月最后一周特大优惠，买3送1,7送3,10送5,20送13,按疗程购买另送价值168元护膝一副。

【注册号】豫食药监械(准)字2014第2260215号  
请仔细阅读产品说明书或在医务人员指导下购买和使用！  
豫医械广审(文)第2013100034号

### 宁波之江拍卖有限公司 商铺拍卖公告

受委托，并经土地部门核准，本公司将于2014年11月20日上午10:00在宁波市公平公共拍卖服务中心(宁波市江北区773号高新区创新大厦3楼)举行拍卖会。

标的号	竞拍商舖	建筑面积(m²)	竞拍价(万元)	保证金(万元)	8	9	10	11	12	13	14	15
1	明珠路308号(1-6)楼(2-9)	209.19	220	20	明珠路177号(1-3)楼(2-9)	169.36	176	20				
2	明珠路304、306号(1-E-2-8)	221.71	225	20	福明路179号(1-4)楼(2-4)	169	175	20				
3	明珠路302、福明路165号(1-1)楼(2-1)	146.69	160	20	福明路173、193号(1-1)楼(1-12)楼(2-2)楼(10)楼(2-1)	1174.60	740	100				
4	福明路167号(1-2)楼(2-2)	172.98	180	20	福明路185号(1-6)楼(2-6)	119.53	105	20				
5	福明路169号(1-1)楼(2-3)	202.25	210	20	福明路187号(1-7)楼(2-7)	119.53	105	20				
6	福明路171号(1-3)楼(2-4)	199.72	200	20	福明路169号(1-6)楼(2-8)	184.94	120	20				
7	福明路175号(1-2)楼(2-2)	229.97	230	20	福明路191号(1-10)楼(2-9)	225.70	235	20				

以上标的地址江北区福明路与明楼路十字路口的东南边，交通便利，是置业人投资的好地方。

三、标的咨询、看样：即日起至2014年11月17日可自行看样或联系与本公司联系看样。

四、竞买方式：本次拍卖采用增价拍卖方式，标的保留底价，竞买中未达到保留价不成交。

五、咨询电话：0574-87317887 0574-87315207(传真) 工商监管电话：0574-8790389

六、公司地址：宁波市江北区福明路868号(江湾国际2号楼1609室)

未事宜详见拍卖专场资料，或登录公司网站(www.nbzjpa.com)及拍卖中心的网站(www.nbpxz.com.cn)查询。

### 央视CCTV《影响力对话》合作伙伴

## 隐形无痕一根根“植入式”增发

一根根“植入式”增发，少多少，增多少。可做小平头，前发际，往后发际。女发增密，增发遮白发，物理方法变黑。www.tangfc.com

增发前

增发后

白发时

增发遮白发

热线电话 28813806 地址:宁波市鄞州区天童北路1501号麒麟大厦北座903室 (0574) 28813803 (万达广场对面, 贸城中路/天童北路交汇处光大银行楼上)

地址:杭州市朝晖路钛合国际A座12楼1201室(土塘高架朝晖路交汇) 0571-86771142 85090403