

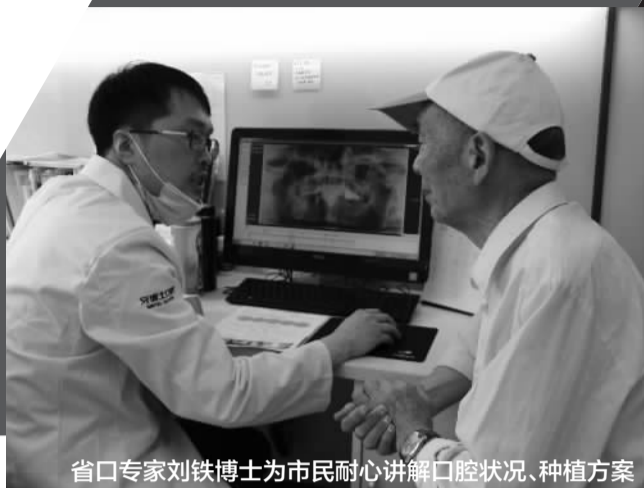
宁波晚报健康事业部 7 周年庆典盛大启幕

缺牙不方便,种牙嫌麻烦 如何告别两眼一抹黑?

种牙七件事,我们帮你做!

7周年特邀:三甲主任、浙江省口腔医院、意大利外籍专家,为前30位预约市民亲诊!

老宁波普遍怕麻烦,一位缺牙老伯说,缺牙没有补,是因为操心的事情多,不说价格、专家不清楚,去了医院看牙流程也模糊。为此,宁波晚报健康事业部7周年之际,特别开启“全民爱牙·省心种牙行动”,帮老宁波理顺看牙前后所有步骤,解决专家、价格等热点问题,让老宁波种牙更省心! 记者 毛雷君



省口专家刘铁博士为市民耐心讲解口腔状况、种植方案



健康管家

宁波晚报健康事业部健康管家

《宁波晚报》健康事业部7周年庆 ——全民爱牙·省心种牙行动 浙江省口腔医院、 意大利外籍专家亲诊专场

宁波晚报健康事业部7周年啦,为让老宁波省心有口福,特别策划缺牙人公益援助七部曲,同时开启“名家亲诊专场”,市民报名看牙可享:

- 1、今起至6月8日,可申领“千元种牙大额补贴”;
- 2、今起前30位预约市民,可由省口专家亲诊;
- 3、美国、以色列、亚太等各国植体最高半价援助。

名家亲诊地址:宁波牙博士口腔医院

报名对象:单颗/多颗、半口/全口缺牙的市民;缺牙多,想体验即刻修复技术的市民;缺牙久,有牙周炎、牙龈退缩等口腔问题的市民。

报名方式:拨打宁波晚报健康事业部健康专线

第一步,免费检查 能不能种,要不要等,一查就知

蛀牙、口臭,牙龈红肿、出血、口腔还有炎症,老宁波口腔问题一大堆,到底能不能马上种?今起至6月8日,如果您缺牙多、牙龈萎缩,或有血压血糖问题,专家会帮你筛查,并告知你如何修复,我们帮你省去口腔检查费、全景和CT拍片等费用。

第二步,名家方案 特邀三甲医院、外籍专家,出具方案

好专家更放心,老宁波也知道,三甲医院代表了一流的医疗学术和临床水平,7周年,我们邀请了三甲医院主任,省口刘铁博士,以及意大利的外籍专家等,现场为市民看牙、种牙,今起开始预约。

第三步,挑选技术 怎么种,愈合快,又能嚼,用得牢?

选技术,一看口碑,二要眼见为实,我们推荐今年风靡全市的亲骨技术,因为上次科学求证行动见证了:全口缺牙人亲骨种植后,轻松咬起30多斤重物,这是其他技术难以比拟的咬合力和牢固度。

第四步,比较植体 我们挑选临床30年、终身质保的品质

都说自己的植体好,有没有30年临床历史,有没

有终身质保,跟牙骨结合的速度快不快,7周年,我们携手医保定点口腔医院,为市民挑选了几款高品质、高性价比的植体。

第五步,确保底价 假牙升级种植牙,全市种牙千元补贴

老宁波关心的价格问题,我们向美国、以色列、亚太等主流植体供应商,争取了700颗半价援助牙,并开启“假牙升级种植牙”公益行动,所有缺牙人今起可申领1000元现金补贴。

第六步,规范种牙 环境、设备、除菌、麻醉,规范有保障

哪里种牙其实很重要,经过严格筛选,我们挑选“一人一诊室一治疗室一医一助一机一用一消毒,多层无菌净化”、开创八大手术金标准的牙博士口腔医院,让市民避免因除菌不彻底引发各种炎症。

第七步,健康通道 外籍专家看牙,派遣志愿者全程服务

6月第一周,开展健康通道服务,缺牙老宁波从公交线路、现场咨询、检查拍片、找专家问诊、种牙前后,都有志愿者全程指导陪同,不再感到两眼抹黑。

预约省口专家/咨询种牙援助
请拨宁波晚报健康事业部健康专线

漫长夏季如何养生

夏季天气炎热,万物繁茂,人们的生理状态也会发生一些改变。那么夏季如何养生呢?

早睡早起 午睡补眠

夏季的第二个月称为仲夏,即农历5月,公历6月,包括芒种和夏至两个节气。

芒种应“夜卧早起,无厌于日”,人体适当接受阳光照射,以顺应大自然阳气充盛的特点,从而利于人体气血运行。但是夏季阳光照射强烈,要避开太阳直射注意防

暑。从而顺应旺盛的阳气,利于气血运行、振奋精神。

夏天白昼较长,睡眠容易受到干扰,这时候适当的午睡对身体有很大的好处。午睡时间一般以半小时到1小时为宜。对于上班族而言,若不能午睡,也可以闭目养神30—50分钟。上午11时至下午1时正是心经当令之时,心要静养,夏季在五行中对应于心,因此夏季午睡就显得更为重要了。

食宜清补 苦夏不苦

夏季饮食应少荤多素,宜多食蔬果谷物类。在果蔬

中尤其推崇“瓜族”,如苦瓜、冬瓜、西瓜、香瓜等。明代李时珍认为粥是夏季最佳饮食。可将绿豆、莲子、荷叶、芦根、扁豆等清心祛暑之品加入粳米中煮粥,凉后食用可健脾胃,祛暑热。

适量运动 早晚为宜

对爱运动的人,建议在气温较为凉爽的早晨或者傍晚适当运动。可在公园、森林等空气新鲜的地方,以散步、慢跑、太极拳、广播操为好。

据网易

