

宁波晚报 健康事业部

千人清凉牙周公益第二场

牙龈不萎缩,牙齿不松动
牙骨少流失,晚年才能少缺牙

清凉牙周公益护理,拒绝坐等缺牙 明日免费体验,今夏最后一场!

8月5日,名家开讲护理常识、一对一检查、上药



自7月中旬至八月,清凉牙周公益行动每天预约爆满,半个月来已有数百位市民受益,经过护理上药后,都赞叹“果然感觉口腔清凉不少”,而且知道自己有何牙周问题、该如何护理,避免了白白坐等缺牙!明日,最后一场免费护理瞩目开启,有牙龈肿痛、出血、口气异味、牙齿松动、缺失等问题的市民,都可报名体验免费4S牙周护理。

记者 毛雷君



▲牙周炎会导致牙龈萎缩、牙龈红肿、牙齿松动

长的市民,护理时才知道自己有牙周炎,已经在缺牙的边缘,很多牙齿竟是牙结石支撑着。

每天刷牙

为何还是牙龈萎缩、牙齿变长?

“缺牙大都是拖出来的,很多人隐忍着塞牙、口气异常、牙齿过敏、出血、蛀牙等问题,最后酿成严重的牙周炎症和缺失牙”,牙博士口腔刘清阳院长表示。

来护理的老宁波咨询医生,我也每天刷牙,为何还是出现这种情况?刘院长告诉记者,牙刷并不能清除龈下、窝沟、牙缝等隐蔽位置,免费牙周护理除了给市民清理牙菌斑、控制炎症,更是想通过这次活动,树立主动检查、护理的健康口腔意识。

缺牙不补

更易引发牙周炎、加快牙槽骨流失!

缺牙后,牙槽骨流失为何会加快?刘院长表示,市民戴假牙,戴烤瓷牙久了,如果不及时更换,容易材料老化,积塞食物,引发牙周炎,进一步加深龋齿,尤其缺

牙严重的市民缺乏咀嚼刺激,牙槽骨流失会更快。

免费“4S牙周护理”,可以控制牙周炎,预防缺失牙!但如果已经缺牙,有条件的话还是要种牙进行修复,种牙后,咀嚼时产生的咬合力通过牙根传到牙槽骨,这种生理性刺激可刺激牙骨的生长,阻止牙骨的吸收与流失。

报名免费牙周护理

拒绝坐等缺牙!省了上万种牙费

世界卫生组织倡议,80岁要有20颗能嚼能用的牙,才达到口腔健康标准,而牙齿的平均寿命比我们少了20年左右,老宁波在60岁的时候缺牙明显加快了。

“约90%的缺牙都跟牙周疾病有关”,刘院长表示,因为它的隐匿性,市民有口臭、牙龈肿痛,刷牙出血等情况,并不会去看牙,因为忍忍也就过去了,等到了深度牙周炎症,牙痛得厉害,那时候一般都有牙龈萎缩,牙槽骨流失的现象,很多人的牙齿都蛀空了,不得不拔除,再种牙,可能多花上万元的治疗费。

免费护理/预约名家/咨询更多优惠,请拨宁波晚报健康事业部健康专线

应广大市民要求,预约名额扩增一倍

8月5日,千人牙周公益名家专场,报名最后2天

严重缺牙市民,本刊补贴亲骨种植50%费用

清凉牙周公益引发夏季看牙热,应广大市民要求,免费护理延期一周,每天报名前二十位,可体验“4S牙周护理”,从源头预防牙缺失!已经严重缺牙的市民,可预约牙博士口腔王道军院长等名家亲骨种牙,本刊补贴50%指定种植牙费用!

公益地址:宁波牙博士口腔医院
报名方式:拨打宁波晚报健康事业部健康专线

免费牙周护理对象:

凡有蛀牙、牙齿松动、牙龈出血、牙龈肿痛、口腔异味、牙齿缺失等口腔问题的市民

种牙50%补贴对象:

凡有多颗牙缺失,全口/半口缺牙,牙龈萎缩、牙骨流失,活动假牙、烤瓷牙修复失败等状况的市民

提高新陈代谢 让你拥有好身材

新陈代谢对人来说非常重要,它可以有效帮助排出体内毒素,还可以消耗脂肪和热量来减肥,那么如何通过加强新陈代谢来达到健康状态呢?一起来看看吧。

每天多喝一杯水

有时候,在你意想不到的时候,喝上一杯普通的白开水就能让你舒畅一整天哦。特别是早上刚起床的时候,一杯白开水可以迅速帮你补充身体的水分,还可以加快我们身体的新陈代谢,清肠道排肠毒。

经常去户外晒一晒

不要觉得现在是夏天,太阳大就不敢出门怕晒黑的,所以就天天呆在空调房里,这不仅不利于自己身体健康,而且也会导致新陈代谢发生紊乱。适当的时候可以出去走走,晒晒太阳,从而激活体内的新陈代谢因子哦。

早餐一定要吃

就算减肥也是一定要吃早餐的哦,一日三餐最重

要的就是早餐。因为人处于睡眠状态期间,机能是逐渐下降的,新陈代谢也是如此,到你一觉醒来的时候,身体的机能差不多是最低值了,所以这时候就只能通过吃早餐来慢慢地恢复上升。

每天做一些有氧运动

有氧运动是加快身体新陈代谢最强劲的马力,可以让你体内的每个细胞都极其活跃,特别是那些经常对着电脑的上班族。 据家庭医生在线

【“讲文明 树新风”公益广告之“志愿服务”系列】

以举手之劳,解他人之难
学习雷锋 奉献他人 提升自己



健康专线

83881890

宁波晚报健康事业部宣