

省老年保健协会主办口福行动,公益种牙为民谋口福

第14批公益免费种牙倒计时3天,速报名

第三次“全国口腔健康调查”数据显示,我国有超过90%居民有牙齿缺失、龋齿、松动等问题。其中,65-74岁老年人牙齿缺失率为86.1%。牙齿缺失会带来面容苍老、胃肠受累、余牙遭殃、发音不清、咬合关系紊乱等危害,并能引发全身性疾病,带来严重的心理负担。缺牙不补危害大,专家呼吁补牙一定要趁早。

然而,种植牙等口腔项目目前没有纳入医保,患者只能自掏腰包。面对高昂的费用,是否只能“望牙兴叹”?不能报销,又不想多花钱,该怎么办?

孝顺女带父亲来口福行动种牙

“我爸爸牙齿掉了几粒了,吃饭胃口不好,所以营养不良,这两年瘦了好多。他和我妈买保健品一买就是上万,牙齿没了不补,嫌贵,我看着着急,干脆我来出钱算了。”前段时间,长沙开福区的王女士带着70岁的父亲来到长沙口福公益种牙活动现场,经口福行动首席种植牙专家谭建武院长手术,成功种了2颗种植牙,最近又来复查,牙齿咬合情况非常好,老人适应得很不错。“口福行动还是比较实在的,为我爸爸减免了一部分费用。”王女士说。

谭建武院长说,针对缺失牙齿,种植牙是目前最先进、最好的修复方法,技术也很成熟。并且,随着口腔医疗技术的飞速发展,近十年,种植牙技术已从传统的在缺牙位置植入牙根,再过3-6个月装牙冠的方法,发展到近年风靡全球的即刻种植技术,帮助大家实现当日手术、当日戴牙、当日进食的梦想。

乐器达人直言种牙不必太紧张

84岁的张先生从年轻时就开始吹奏各种乐器,这一坚持就是60余年。可自从缺牙后,张老连说话都漏风,让他很苦恼。为了恢复一口好牙,张老咨询了数家口腔医疗机构,通过考察比较,最终报名参加口福行动。因张老的牙槽骨条件不错,身体条件尚可,医生决定给他做智能即刻种牙。“来补牙前,我担心太痛,担心出血,担心时间长……结果,在系统地检查后,我躺在手术椅上,不到两小时就补好了。”张老直言,医生高超技术加上先进仪器,使得种牙变得微创,高龄不再意味着高风险,老年朋友不必太担心。

谭建武院长介绍,即刻种牙技术在术前即可为患者制作牙冠,术中就能戴牙,出手术室就能吃东西。全程在种植导板辅助下进行,精准度精确到1微米(相当于一根头发丝的1/60),可提前模拟种植过程,预测种牙效果。种牙戴牙每颗仅需15分钟。种植过程微创无痛,恢复也快。



长沙彭先生表扬口福行动高龄种牙很专业

种牙后,广场舞队长外出活动更自信

口福行动是全国知名高龄口腔健康公益品牌,于2015年在广州发起,目前已在长沙等全国30多个重要城市开展。四年来,已为十多万中老年人公益种牙,其中4.6万人获得公益援助(免费种牙、补贴种牙)。在长沙,口福行动是湖南省老年保健协会主办的,公益力度更大。众多在口福行动公益种牙中重享口福的缺牙者,实实在在地感受到了好处,成为口福行动的公益使者和活招牌。

“只用了两个多小时,我就重新拥有了了一口完整的好牙。真没想到种完牙我就能立刻吃苹果,用起来跟自己的真牙一样。种植牙很美观,也很结实!”家住长沙天心区赤岭路66岁的彭女士是一支广场舞队队长,因牙周炎先后掉了3颗牙齿,一年前选择在口福行动补贴种牙。“我现在外出活动很多,把牙齿补得好看又好用,吃好喝好精神好,出去更自信,生活更精彩!”

口福行动第14批免费种牙报名倒计时3天

在长沙,口福行动已在湖南省老年保健协会的指导下开展到第14批公益免费种牙活动。本次公益免费种牙活动报名到8月31日截止,活动仅剩3天,缺牙市民、活动假牙配戴者如果想报名,请务必抓紧时间。报名及咨询热线:0731-83052666。

报名地址:万达院:长沙市开福区潮宗御苑2号商业入口4楼。侯家塘院:长沙市天心区有色大厦A栋2楼。

为关爱中老年朋友,口福行动继续送出高温福利:凡是报名来院者,可凭发票等凭证领取出行补贴费用,成功接受种牙援助者可领取200元高温现金补贴。(文/杨蓓)

口福行动“第14批公益免费种牙”名单公布			
姓名	性别	年龄	种植方案
陈*华	男	85岁	免费种植1颗
宋*苗	女	83岁	免费种植3颗
彭*英	女	75岁	免费种植4颗
黄*红	女	78岁	免费种植3颗
林*英	男	91岁	免费种植2颗
程*香	女	78岁	免费种植3颗
谢*勤	女	78岁	免费种植3颗
景*旺	男	75岁	免费种植5颗
方*豪	男	81岁	免费种植2颗
潘*英	女	78岁	免费种植3颗
梁*权	男	87岁	免费种植4颗
张*华	男	86岁	免费种植3颗
黄*辉	男	81岁	免费种植3颗
廖*元	男	88岁	全口种植援助70%
曾*田	男	86岁	全口种植援助70%
唐*琪	女	82岁	半口种植援助60%
余*尧	男	80岁	半口种植援助60%
王*民	男	81岁	半口种植援助50%
陈*卓	男	84岁	多颗种植援助50%
李*涛	男	82岁	多颗种植援助50%
麦*筹	男	90岁	多颗种植援助70%
关*国	男	81岁	多颗种植援助40%

(因版面原因,部分公布,排名不分先后)

多梦比失眠更伤身

现代人生活节奏加快,紧张焦虑的状态很容易影响睡眠,导致多梦。中医认为,多梦是指睡眠不实、睡眠中乱梦纷扰或梦境纷纭,醒后感觉头昏、神疲的症状。多梦常与失眠相伴,导致夜间睡眠质量差,以致不能恢复体力和精力,白天精神不振,影响工作和学习,甚至伴有心悸、头晕乏力、健忘等症状,比失眠对身体的影响还大。

出现了“多梦”的症状,一方面应该到医院就诊,必要时进行相关检查,以排除引起多梦的常见病,如睡眠障碍、神经衰弱、心脏病、肾病、哮喘、消化道疾病、骨关节病、高血压、睡眠呼吸暂停综合征等。确诊后针对原发病治疗。

另一方面,还可试试保健方法缓解。①睡前泡脚15-20分钟,并按摩足底心的涌泉穴。睡前躺在床上还可以按摩位于腕横纹尺侧端、尺侧腕屈肌腱的桡侧凹陷处的神门穴。②服用药膳。如果多梦易惊醒,且疲乏、困倦、气短,可在医生指导下服用安神定志丸或参苓白术散。对于一些多梦易醒、心烦失眠,兼见健忘头昏、面色不华、心脾两虚、阴血不足的人群,可选用归脾丸和酸枣仁小米粥。对于那些情志过激,大怒之后多梦失眠的人群,不妨试试丹栀逍遥丸或栀子豉汤(栀子10克与淡豆豉30粒煮水代茶饮)。(湖南中医药大学第一附属医院心血管科教授 刘健和)

老年人患甲状腺病不易察觉

湖南省预防医学会甲状腺疾病防治专业委员会首届主任委员、教授李新营指出,近几年,我省甲状腺疾病发病率越来越高,甲状腺癌、甲减、甲亢、甲状腺结节等疾病呈高发趋势。各个年龄段的人都可能患甲状腺疾病,但老年人患病,症状较隐匿。

腹泻久治不愈提防甲亢

病例:张女士60岁出头,近半年来,每天大便3-4次,大便很稀、量不多,服过多种消炎药,未见缓解。近一个月来张女士明显消瘦、乏力。胃镜检查报告为慢性胃炎,经对症治疗半月,腹泻未得到控制。最后确诊为老年性甲亢,采用抗甲状腺治疗后腹泻很快得到控制。

分析:老年甲亢是指患者年龄在60岁以上的甲亢,包括60岁以前患病延续至60岁之后,以及60岁之后发病两种情况。甲亢所导致的胃肠道症状多以慢性腹泻、乏力、消瘦为主要表现,严重者可排出未经消化的食物,无腹痛,反复用抗生素及止泻药物治疗无效。有手颤、心率快、甲状腺肿大等特征,血液检查可见血清甲状腺素水平升高。

值得一提的是,还有约1/5的老年甲亢患者呈现出淡漠、甲状腺不肿大、食欲减退等与一般甲亢相反的表现,被称为淡漠型甲亢,极易被漏诊和误诊,需引起重视。

血脂高久治不愈查查甲减

病例:钱先生被诊断出患高血脂半年,治疗后效果不太好,且自我感觉疲乏,连走路也觉得吃力。医生结合钱先生表情淡漠、话语不多,有畏寒、心率减慢等症状,怀疑血脂增高是甲减引起。随后的甲状腺功能检查结果证实了医生的猜测。

分析:久患甲减者容易出现高脂血症,增加心血管事件的发病率。甲状腺功能排查是到心内科就诊的患者一个很常见的检查项目。患者如果发现自己血脂偏高,特别是出现甲状腺功能减退的相关症状时,如虚胖、浮肿、乏力、气短、便秘、脱发、抑郁等,应及时到医院检查甲状腺功能。如果确定血脂增高是由甲减所致,治疗方式与一般的降脂治疗不同——不必急于服用降脂药。甲减引起的血脂异常,应该先用药控制甲减。甲减患者服药期间应按时到医院检查,不能因为血脂恢复正常便擅自停药,以免病情反复。

甲状腺问题可简单自查

甲状腺是否有问题,可用简单的方法自查:含口水,用手指触摸颈部下方,水吞下去时,感觉有没有结节突出来或者肿大;已有结节的,平时可以对镜子看它是否在长大,通常结节长到2厘米时就会比较明显,再到医院进一步检查。(整理/本报记者刘惠)

别怕坐冷板凳 有人给你递话筒

快乐老人报是个大舞台,大家一起玩一起嗨
所有栏目都可以参与,有些版面更是只发读者来稿
有各种各样的俱乐部,还有大量免费活动和公益讲座
每个人都能找到自己的圈子和朋友
除了新闻热线,编辑记者的电话、邮箱也放在版头
还有专门的QQ群、微信群,大事小事都能跟我们唠嗑
心灵零距离。

