

# 种牙当天 啃苹果？

永康康美诺口腔医院说不稀奇



人这一辈子 ,会怕许多东西 ,怕蟑螂、怕开车、怕做饭等等 ,简直是五花八门。但若是说到最怕什么 ,绝对非缺牙莫属！

民以食为天。曾有人算过这样一笔账 ,一天三顿饭 ,一年365天 ,如果缺牙 ,那就意味着一年有1095顿饭 ,吃得 not 痛快、不幸福。1095 这样一个数字怕是有些恐怖了。

如果我们连日常的美味都不能满足 ,这样的人生又有什么快乐可言呢？尤其是对于老年人来说 ,拥有一口好牙比什么都重要 ,要是既能享受美味佳肴 ,又能保持健康体魄 ,难道不是一件一举两得的好事吗？

**即拔即种即刻修复**

年过六旬的胡阿姨早已过上了三代同堂的晚年生活 ,但当她的儿女想要孝顺她的时候 ,她就会说她现在唯一的愿望就是能拥有一口好牙。因为缺牙 ,胡阿姨这些年难尝佳肴的美味 ,这实在令她苦不堪言。然而 ,就在胡阿姨饱受多年缺牙的痛苦之后 ,终于在永康康美诺口腔医院的帮助下 ,迎来了自由享受美食的时刻。那真称得上是一段愉快的种牙之旅 ！胡阿姨开心地说。

在一次就医的过程中 ,康美诺口腔医院的牙科医师确诊胡阿姨的下半口牙齿有严重缺失的现象 ,需要为她种牙。因为胡阿姨很想当天就能恢复缺牙 ,牙科医师最终为她定下了即拔即种即刻修复种牙的手术方案。

传统种牙技术一般要等待3 6个月才能

使用 ,而即拔即种即刻修复种牙技术的不同之处 ,就在于完全可以打破这种困局。从残根拔除、植入牙根到戴好牙冠 ,一天就能完成 ,当天种牙当天使用 ,缺牙之苦一朝解决。

**戴牙成功 ,当场就吃苹果**

在再次经过一系列的检查后 ,康美诺口腔医院的牙科医师发现 ,胡阿姨不仅牙槽骨骨量充足 ,而且身体各项指标也符合即拔即种即刻修复的牙齿种植手术要求。如果进行手术 ,完全不会有后顾之忧。在牙科医师的妙手神技下 ,仅仅2小时左右 ,就为胡阿姨种好了下半口牙齿。能有这样的效果 ,完全离不开牙科医师丰富的经验和对手术的精准把控。

其实在信息飞速发展的今天 ,我的儿女早就已经听说过即刻种植牙技术的大名。但一直因为担心医生的技术、医院的水平和种牙的效果 ,迟迟没有行动。毕竟 ,我年纪大了 ,实在是不想遭罪。所以 ,我们老年人对种牙技术的要求最是精益求精 ,对诊疗环境、设备器材、医生技术和医院水平等都有很高的要求。胡阿姨这样说道。

人生不在初相逢 ,洗尽铅华也从容。人的一生 ,最重要的不是富贵青云 ,反而是希望健康平安。老话说得好 ,能吃才是福 ！胡阿姨如是感叹。

当天下午 ,戴牙成功的胡阿姨 ,当场就吃起了苹果 ,久违的爽脆口感让她很是感慨 ,直叹自己早该来种牙了 ！



## 养生小妙招

### 懒人伸腰 提神醒脑

冬天工作的时候 ,若是感到疲惫不堪 ,有一个方法可以帮助你缓解 :起身将椅子向后挪一挪 ,双腿向前伸直 ,脚跟着地 ,脚尖向着自己的方向回勾。同时 ,双手十指交叉扣住 ,手心向上翻转 ,伸直手臂 ,将手臂尽量充分地向上传展 ,找到脊椎被拉长的感觉。

连续这个动作5次 10次 ,然后缓缓放下 ,身体恢复轻松。伸直双腿 ,脚尖向内勾 ,这个动作可以拉伸到膀胱经 ,从而加快膀胱经的排毒速度。

膀胱经贯腰、背、腿 ,平时因为长时间坐在椅子上 ,会经常感到腰部酸痛、背部沉重、小腿酸累 ,都是这条经络气血不通所造成的。把腿伸直 ,脚尖向内勾能激发到膀胱经 ,缓解腿部和腰部的酸累感。

这项运动做起来简单 ,但是能明显缓解冬季疲劳 ,不用花费太多时间精力 ,却能达到喜人的效果。

有些人性格比较内向 ,心情压抑 ,生活中没有激情 ,做什么事情都提不起精神 ,这个时候做一做懒人伸腰式运动 ,还可以使心情舒畅 ,充满蒸腾向上的劲头 ,整个人也会开朗起来。

除了这个方法之外 ,梳头和散步也是不错的缓解疲乏的方式。用梳子在头上来回轻梳数次 ,头皮的神经末梢就会得到刺激开始活跃 ,从而促进血液循环 ,有益于消除大脑疲劳。

**相关链接：**  
永康康美诺口腔医院长期特邀浙江省口腔医院专家坐诊,有需要的市民可到医院提前预约。

时代楷模

王继才、王仕花夫妇

江苏省灌云县开山岛民兵哨所原守岛民兵

爱国奉献的赤子情怀

守岛就是守家，国安才能家安。

中宣部宣教局 人民日报社

中宣部宣教局 永康日报社 宣

时代楷模

张黎明

国家电网天津滨海供电公司运维检修部配电抢修一班班长、滨海黎明共产党员服务队队长——张黎明。

为了那一片光明

点亮万家的蓝领工匠

他以“工匠精神”自勉，坚守“初心”，执着创新；  
他30年扎根一线，是配电抢修一线的“活地图”和“急先锋”；  
他以对党的无限忠诚、对事业的坚定执着、对百姓的浓厚深情书写了一名共产党员的时代价值。  
他就是，  
国家电网天津滨海供电公司运维检修部配电抢修一班班长、滨海黎明共产党员服务队队长——张黎明。

中宣部宣教局 永康日报社 宣

人民日报社全国平媒公益广告制作中心