职工书画

以书画抒怀，是职工生活中一种儒雅情趣的展示。笔中情、墨中趣、色彩中的韵律，会把生活揽入胸怀。

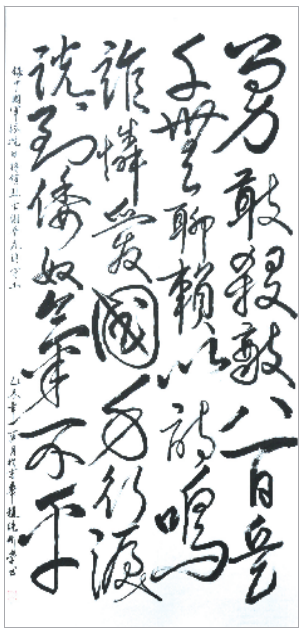
北京胡同　赵秀玲

南新园社区老年大学师生书画作品选登

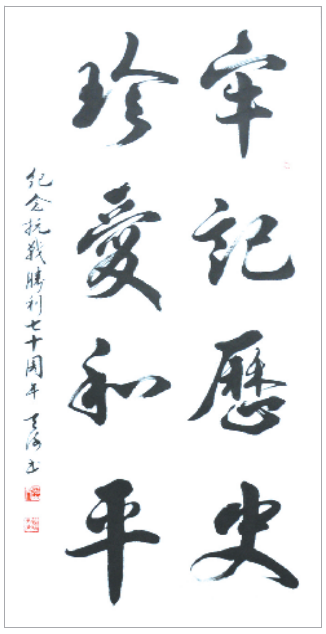
为弘扬爱国主义精神，歌颂和平，纪念世界反法西斯战争和中国人民抗日战争胜利的历史功绩，同时展示南新园社区老年大学的学习成果，朝阳区南新园社区举办了主题为“笔墨丹青书正义 以史为鉴爱和平”书画展，本次展览除少数特邀作品外，大部分为老年大学老师和学员新创作的作品，内容包括书法、国画和油画近200幅。

连年有余　王西生

松鹤延年　杜春芳



谢晋元《七绝》　赵纯刚



牢记历史珍爱和平　赵天海

锦绣中华　集体创作

科技改善缺牙者的生活

在人类历史的长河中，属于每个人最宝贵的东西莫过于生命。诺贝尔奖获得者威廉·加威尔说：“你要理解生命的真谛，必须首先了解健康的含义。”健康和长寿密切相关，世界卫生组织（WHO）进一步提出了人体健康的10项标准，其中“牙齿完整、不痛”就是标准之一。更有一些国家将牙齿健康列为国民长寿工程之一。

日韩长寿秘诀 80岁20颗牙

在世界人均寿命排行榜中，日本国民健康寿命长期排在世界前列，这与他们对健康管理的重视密不可分。为了提升国民整体健康水平，日本一直积极响应世界卫生组织提出的“8020护齿计划”。越来越多80岁老人能保留20颗牙齿。与此同时，国民平均寿命也得到了大幅提升。

俗话说“牙好身体才好”。牙齿作为营养供给的第一道关口，与全身健康息息相关。但由于缺乏口腔保护意识，很多人都存在不同程度牙齿缺失。

龋齿、牙周病 缺牙两大“元凶”

据研究，牙缺失大多是由牙周病和龋病引起。如果龋齿（蛀牙）没有及时治疗，病变就会逐渐严重，细菌侵蚀牙齿，龋洞从小到大，从浅到深，最终引起感染和钻心疼痛，龋坏的牙齿就不得不被拔除。成年人在青年期或中老年期患上蛀牙，只要没有认真治疗，牙齿大多会加速松动、脱落。

“老掉牙”常用来形容人上了岁数。可见，在大多数国人的观念里，老年人掉牙是正常的生理变化。其实，牙齿本身是不会老掉的，一颗牙齿就好比一棵大树，牙周组织就是稳固大树的土壤。而牙周病破坏了牙周组织，让牙齿失去支撑，最终就会倒下。老年人掉牙，主要就是口腔疾患所致。

医学专家认为，由于很多老年人长期不重视口腔保养，加上上年纪后唾液分泌量减少，对口腔的自洁作用明显减弱，更容易加重龋齿和牙周病，所以老年人缺牙现象更常发生。

保证“8020”就要 缺牙及时种植

口腔专家表示，对于牙缺失首先还是要建立“防范大于治疗”的健康观念，“其实牙齿就像篱笆一样，完整的一排才能牢固耐用。如果中间抽掉几根，整个篱笆就容易倒掉。”专家做了一个形象的比喻。在我们吃东西的时候，整副牙齿的受力是均匀的，但是当有几颗牙齿缺失后，这种力量就会使得缺牙周围的牙齿发生倾斜。长此以往，周围的牙齿就会松动，甚至脱落。等牙齿到了岌岌可危的地步再去诊治，那就晚了。

据专家介绍，目前修复缺失牙的主要方式包括佩戴活动假牙、烤瓷牙和种植牙三种。但在恢复缺牙的正常功能上，传统修复方式总是力有不逮：活动假牙的使用年限为3年左右，当活动假牙长期使用后，起固定作用的卡环就会出现松动老化或折断，当进食粘性食物或者进食过快时就会囫囵吞下。特别是中老年人，吞咽功能本来就差，为了确保使用安全,活动假牙需要定期修理与更换。

对于已经出现牙松动、牙缺失的患者，种植牙是不错的选择。种植牙不需磨损两侧健康牙，依靠自身牙根进行修复，可以牢固扎根牙床上。种植牙修复后的美观、舒适程度，也都强于传统修复方式。而且现在随着该技术的广泛普及，普通市民也能消费得起。

缺牙修复新趋势 如何种植有讲究

①恢复正常咀嚼：种植牙通过人工牙根与牙槽骨紧密结合，具有很强的固位力与稳定性，可恢复正常咀嚼功能。

②保护健康邻牙：种植牙不用磨损旁边的健康牙齿，对健康牙齿不仅没有任何伤害，还能防止邻牙向缺牙区倾斜、移位。

③设计过程安全“可视”：口腔三维CT数据，制作出可视化的“手术导板”，可预先看到精确的手术模型和种植效果。

④适用多种缺牙问题：种植牙依靠自身独立牙根进行修复，缺哪里种哪里，多颗缺牙无需颗颗种植，可结合连桥进行修复。适用于单颗牙缺失、多颗牙缺失、半口牙缺失、全口牙缺失等。

⑤微创、无痛苦：种植牙操作范围仅相当于拔牙手术。结合电脑精准速导技术和无痛治疗系统综合应用，种植过程创伤更少，几乎无疼痛。

□赵嘉亮

德贝植牙
VIRTUE & LOVE IMPLANT
电话
010-5603-0333
400-0878-333
地址：北京市朝阳区建国门外大街甲6号SK大厦A座2层
推广种植牙惠民活动进行中
存3万　赠送1万
存5万　赠送2万
存10万　赠送5万
（京）医广【2015】第07-06-0213号

社址：北京市丰台区东铁营横七条12号　邮政编码：100079　投递发行：67756666、63526151　零售：1元/份　广告经营许可证：京宣工商广字0020号　广告热线：63522410　印刷：解放军报印刷厂