

■白天



今天白天,多云转晴,北转南风2、3间4级,最高气温22℃。

■夜间



今天夜间,晴间多云,偏南风3级转1、2级,最低气温9℃。

■明天



明天白天到夜间,晴转多云,南转北风3、4级,最高气温27℃,最低气温13℃。

■海霞播报

互动话题请发至

13901296241

haixia1818@vip.sina.com

●影视剧是现实的反映

《人民的名义》通过汉东省京州市尖锐复杂的生死较量的反腐斗争,深刻地揭示出腐败的危害性,反腐的必然性、复杂性、艰巨性及其伟大意义。

——手机尾号 7233 读者

海霞回信: 此剧拍得很成功,同时也很有现实意义。

●老戏骨们就是厉害

电视剧《人民的名义》,演绎出一个个站得住、叫得响的人物,让观众再次看到了老戏骨们的精彩表演。对比小鲜肉们仅靠漂亮脸蛋,浅浮的表演水平,老戏骨们让演艺界的风气回归了正道,让演员这门行业重新树立了自身的尊严。这是影视艺术的希望所在!

——何昊

海霞回信: 几位老演员演得不错,活灵活现。

●违建获得收入合法吗?

违建属于违法,利用违建获利,应是非法所得,就应依法处理。现在只拆违建,希望还要对非法所得进行查处。有关部门应考虑如何处理那些非法收入。

——手机尾号 6005 读者

海霞回信: 不管是环境问题还是经济问题,凡违法就得处理。拆违建是从根上整治环境,应大赞。如发现经济问题,是另案,可通过法律途径解决。

■海亮聊天

蓝天清浅 白云写意

北京晨报讯(记者 王海亮)蓝天清浅,白云写意。昨日是春天的最后一个节气——谷雨,好一派“湖光迷翡翠,草色醉蜻蜓”,只可惜没有真的春雨洒下,毕竟在华北大地上,在干旱的春季里等一场淋漓的春雨,是可遇不可求的。

昨天南郊观象台最高温定格在23.3℃,人们外出感觉气温适宜,非常舒服。气象专家提醒市民,最近冷空气活跃,阵性降水增

多,所以频频可见预报山区有阵雨。以后,随着夏姑娘逐渐接替春姑娘,对流天气还会逐渐增多。

未来三天京城都是多云到晴,弱冷空气十分眷恋京城,频频南下,将形成对流云,但由于湿度并不配合,就算能下雨也是微量。今天最高温还是只有22℃,双休日最高温就会重新跃上25℃—27℃,春意明媚,市民不要放过最后的春光,抓紧欣赏。提醒大家的

是,现在白天的紫外线照射强度已经偏强,朋友们外出要注意遮阳防晒。

昨天进入谷雨节气。“清明断雪,谷雨断霜”,谷雨节气意味着寒冷彻底离去,时入暮春,柳絮飞落,牡丹吐蕊。谷雨节气后,空气湿度增加,降水增多,农作物将喜迎春雨,因此有“雨生百谷”一说。不过在华北地区,春天的雨水十分金贵,尤其大风天气多,空气干燥,容易发生干旱,是真正的“春雨贵如油”。

■佟彤分诊

问诊邮箱 szyaa@vip.sina.com



扫“名家话健康”二维码看“佟彤分诊”文章

春天最适合怀孕?

眼下这个季节,最适合怀孕,这是准妈妈之间的传说。她们的依据是,中医有“春生、夏长、秋收、冬藏”,冬天是收藏蛰伏的季节,不适合在这个季节“有所动作”,但春天开始生发,自然适合怀孕了。

冬天人体确实要“藏”,但这个“藏”并不是一点不消耗,而性生活本身是人体本能,正常的频率于身体无害,如果一定要讲究的话,只是不推荐在频繁性生活的过程中怀孕,因为频繁甚至过度的性生活,对男女双方都是消耗,有可能影响到胎儿的质

量,如果是过度,不管春夏秋冬,哪个季节都不适合怀孕。

与冬天相比,春末,3—4月份怀孕确实不错,正是春暖花开,温度非常适宜,呼吸系统疾病比较少,感染的机会也少,孕妇的身体也呼应着春天的升发之气,代谢旺盛。而且在春天,人的心情也容易舒畅。更重要的是,春季日照充足,又不像夏天是暴晒,正好帮助钙需要量猛增的孕妇,提供了丰富的维生素D,有利于促进钙、磷的吸收,有助于胎儿的骨骼生

长发育,但这个季节容易过敏,如果是过敏体质,又准备怀孕,抗过敏的药物服用时就要慎重。

其实,什么时候怀孕并不是最重要的,最重要的是怀孕前男女双方的状况,这个才是关键。为了保证孩子的健康,备孕应该“战线前移”,无论男女,都应该提前半年做准备,这个准备包括烟酒的禁忌,还包括正常的作息,否则就是你选好了季节,你自身的内分泌因为作息不规律而受影响,胎儿的整个孕育过程也不会顺利。

种植牙前的各种担忧,京一“即刻用”如何逐一帮你解决?

人这一辈子每个年龄阶段都有重要喜事,年轻时考上大学、之后走上工作岗位、结婚生小孩,年纪大了,也退休了,好像自己也没有什么大喜事。但是,随着种植牙普及,缺牙多年种上一口好牙,也是老来的一件大事和喜事。所以做种植牙之前考虑和担心就难免多一些,种植牙手术会不会疼?年纪大了能不能受得了?半口全口种多少颗才合适?要做多长时间手术?多久可以恢复?不过,如果是选择即刻用种植牙,一切就简单多了。“即拔、即种、即用”,当天种植牙,当天就能戴牙回家吃东西。不用多次复诊,更不用像传统种植牙一样等3—6个月,并且,手术全程无痛,感觉还很舒服。



“即刻用”种植牙技术研发人 德国海德堡大学路易博士

选择“即刻用”不再担心年龄

牙科通过这些年的发展,主流的修复方式有三种——种植牙、固定义齿以及活动义齿。这其中种植牙在近些年很受追捧,它也是口腔医学界公认的优选修复方式。然而这种修复方式虽好,却有一定的禁忌症,年纪较大就被看作为种植牙的高风险因素。事实上年纪较大并不是种植牙的门槛和需要反复争议的问题。过去对于缺牙的中老年人,出于安全考虑,很多牙医会选择更为保守的修复方式——活动义齿。京一医院种植牙专家罗军谈到,近几年,来京一做种植牙修复年龄越来越大。而且很多都有“三高”等中老年常见病症。他们选

择种植牙的原因,多是出于对生活品质的考虑,还有就是不想因为缺牙引起身体方面的问题,让儿女担心。

据了解,虽然种植牙和其他治疗一样,也有适应症和禁忌症,特别是手术过程和术后康复,年纪越大面临风险就越大。正因为如此,手术前期通过中医对一些中老年人常见心脑血管疾病做些调理和控制就很有必要,而且“即刻用”种植方案,为了让中老年人种植牙手术更有保障,采用数字化牙科设备,进行电脑扫描、诊断、设计和导向,手术过程种,不翻瓣、不拆线,无切口,全程做到微创无痛种植,这样一来手术风险就会降到很低,年龄也就不再是种植牙的问题。当然,这不是一般医院和口腔机构能够完成,京一医院种植牙团队之所以能做到,首先口腔科是医院的建院科室,更是举全院之力,打造的中西医结合的示范科室。所以医院的设备、技术力量、人力物力都是全线优先支持。不仅引进国际知名牙科博士注册,更汇聚国内种植领域学科带头人亲诊,多年的专注,才能在中老年种植牙领域取得一点点成绩,让80—90岁的高龄老人,通过010-84240586预约京一的高龄种植牙专家号,也有机会轻

松种上一口好牙。

选择“即刻用”不再担心牙槽骨的限制

随着年龄的增长和缺牙时间一长,口腔内的牙槽骨会逐渐吸收萎缩,因为种植牙是需植入到牙槽骨里,牙槽骨的骨量不足,就会增加种植困难,这就像小树没土长不成一样,必须先用人造骨进行植骨后再种牙。所谓植骨手术,就是指当骨量不足时,通过在手术区域植入骨材料(包括人工骨粉、自体骨组织等)以求恢复足够的骨量,进而保证口腔种植的顺利进行。

以京一的微创即刻种植方案为例,相对需要的骨量少,采用独有的骨挤压技术,运用数字牙科器械将患者的上颌窦黏膜从窦底剥离后抬高,这样免去了植骨的麻烦,达到了足够的高度。并种植有生物活性的专用种植体,由于有种植体的仿生良性刺激,可以有效阻止牙槽骨的继续吸收。并且媲美真牙的咬合,可以产生堪比天然牙在咀嚼时产生的咬合力通过牙周膜传到牙槽骨,这种生理性刺激可刺激骨的生长,调节骨的吸收与

再生,加上中医的药物辅助。即使缺牙很多年,萎缩的牙槽骨仍有可能被重新激活而生长。这也就意味着缺牙几十年,现在也能享受到种上全口牙。

“即刻用”三年 每月都有新提升

值得一提的是,本着集全院之力,打造中老年种植牙专科经营理念,针对中老年缺牙各种不同的复杂状况,欧洲多国牙科博士和种植领域专家受路易斯博士邀请,将于4月份汇聚京一医院,共同就“即刻用”种植牙三年来各类典型案例进行学术探讨,市民拨打010-84240586电话预约,届时不仅有多国专家和北京多位著名口腔学科带头人会诊,还有中医名医义诊名额。(丁茹)

