

## ■白天



今天白天,晴间多云,北转南风2、3级,最高气温7℃。

## ■夜间



今天夜间,晴间多云,南转北风1、2级,最低气温-3℃。

## ■明天



明天白天到夜间,晴转多云,北转南风2、3级,最高气温9℃,最低气温0℃。

## ■海霞播报

互动话题请发至

13901296241

haixia1818@vip.sina.com

## ●盼临终关怀纳入医保

希望《北京晨报》帮我们读者向北京市有关部门呼吁一下,尽快将“松堂医院”列入医保,真正关心一下临终关怀事业! ——手机尾号1410 读者

海霞回信:临终关怀,值得关注,希望各区都开办此类医养结合的医院。让生命的最后旅程走得更有尊严,这是养老服务的重要一环。

## ●支持庄严场所禁跳广场舞

国家体育总局发布通知,不得在烈士陵园等庄严场所开展广场舞健身活动。坚决支持!今年春天到陶然亭公园游玩时就见到不少人在高君宇、石评梅烈士墓前的广场上跳舞,我看到后就有些烦。以后公园可以理直气壮地阻止此类活动! ——刘毓梅

海霞回信:赞同。

## ●东兴驿站邀名医义诊 赞

近日,顺义区光明街道东兴社区养老驿站,诚邀顺义中医院10名专家为社区老人义诊。在驿站工作人员的热情服务下,百名老人吃着水果、喝着茶,有秩序地等候义诊。义诊使老人收获多多。 ——马如

海霞回信:年老多病,为老人义诊是实实在在的服务与关心。应大力提倡社会各界为老人献爱心,帮助老人做一些力所能及的事情。

## ■海亮聊天

## 今晨更冷 棉服傍身

北京晨报讯(记者 王海亮)昨夜今晨将出现-4℃的最低气温,创下今年下半年以来京城气温新低。而新的冷空气已在路上,周五再度带来大风降温,之后,北京最低气温将低至-5℃。进入冬季,一场接一场的冷空气,一轮又一轮的大风降温,就是天气的主要面貌了。

昨夜今晨,京城平原地区最低气温-4℃,山区最低气温-7℃到-5℃,将创今年入冬以来新低。今晨上班时间,气温

仅有-3℃到0℃。今天白天最高气温7℃,不过阳光充沛,正午前后适宜外出晒太阳;入夜后最低气温依然低迷,将降至-3℃。这一连串让人打颤的数字提醒大家,羽绒服该穿上了,尤其今天出门早要多穿些。

一股新的冷空气已经蓄势待发,从周四至周六,我国自北向南将出现一次大范围大风降温及雨雪天气过程,中东部大部地区气温将下降8℃到10℃,部分地区降温超过

12℃。对于京城来说,周五将再迎四五级北风,周六白天最高气温跌至5℃,到周日,夜间最低气温下滑至-5℃。

今天开始北京正式供暖。北京市气象台专家提醒市民,供暖后室内外温差大,外出更需注意防寒保暖,穿上羽绒服或棉服,戴上围巾、手套,重视头部、颈部和足部的保暖;暖气房中异常干燥,应勤补水润燥,多喝水喝汤,多吃新鲜蔬果;多开窗通风,最好每天能通风两三次,每次15到20分钟。

## ■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

## 孩子生病 为什么好得快

孩子生病,一般都是来得快去得快,这是孩子的免疫系统特点决定的。孩子的免疫系统机能还不成熟,通俗讲就是免疫力低,御敌无力,所以他们比成年人更容易感染,但真的感染之后,孩子的恢复却比成年人快,也是因为他们免疫力低,不容易在体内引起轩然大波。

之前的“非典”还有后来的“中东呼吸综合征”就是如此,孩子虽然是易感人群,但一旦感染,孩子的痊愈机会也最大,他们的病情往往比成年人轻,因此恢复也最快。

这是因为他们的免疫系统不健全,和病毒细菌见面打仗时,因为自己力量“寡不敌众”,所以没几下就打败了,也是因为很快就打败了,所以“战场”的面积比成年人小。而成年人的很多疾病,都是因为自己的免疫力足够强,和外邪可以全力拼杀好一阵,可能最后是取胜了,但是“战场”上尸横遍野,一片惨烈。

遗憾的是,这个“战场”就在我们的身体里,是发生在外敌和免疫细胞之间的,战斗过程中会产生很多免疫复合物,这些免

疫复合物存留在身体的组织器官中,很多疾病就由此造就乃至加重的。

这也提示我们两点,其一,孩子的病一般都比较单纯,治疗时不要过度,一旦过度反倒可能人为地扩大了战场,最终受害的还是孩子。其二,人们现在总是说提高免疫力,其实,正确的应该是调节免疫力,但怎么调节是个难题,绝对不是哪个号称能调节免疫力的食物、偏方就能解决的,免疫系统疾病至今都是医学界的棘手之事。

## 种植牙医生建议:冬天更适合做种植牙

冬季正是缺牙患者选择种植牙的时机。“这个季节天气凉爽,患者身体情况比较稳定,是做种植牙手术的时期。而且冬季气温较低,能够有效控制口腔细菌滋生,加快种植牙手术后微小创面的愈合,大大提高了种植牙的存活率。”有多年临床经验的医生都会建议冬天做种植牙。事实上,种植手术创伤、风险、存活率、骨结合质量等方面,会受到医生经验、季节、个人体质影响。所以,根据个人的体制、牙槽骨骨量、愈合速度不同,一般2到6个月的时间,人工牙根就能与牙槽骨完全结合,开始进行牙冠修复。

## 技术与设备是种植牙关键

在美国、日本、韩国等发达国家,缺牙后使用种植牙修复非常普遍。这也是目前世界范围内牙科医生推荐比较多缺牙治疗手段之一。我们国家的种植牙处于发展阶段,即使在北京,还是有很多市民,还在使用活动假牙,活动假牙不仅容易疼痛、发炎,还会磨损邻牙。而

大多数城市甚至没有开设口腔种植科,原因主要是,没有相关设备,更为重要的是开设种植牙科室的关键是专业的医生与先进的设备技术。

## 为什么冬季更适合做种植牙手术?

中华口腔医学会会员,京一口腔种植科主任罗军介绍说,很多人认为冬季不容易出门,所以不适合种植牙手术,其实一年中,冬季适合做种植牙手术,牙齿缺失患者可以趁此时机到口腔医院进行手术,因为冬季伤口不容易发炎,而且愈合得比较快,利于患者术后康复。

冬季天气寒冷干燥,是不利于细菌繁殖的环境,感染的可能微乎其微,不像夏天湿热的环境容易引发感染,冬季持续的低温在一定程度上抑制了细菌的正常繁殖,也就为患者术后伤口的顺利愈合提供了一个较高的保证。因而,在所有季节中,冬季做种植牙手术是适合的。在适合的季节可以为自己挑选一项适合自己体制技术做种植牙。

## 冬季高龄体弱宜采用哪些种植牙技术

此外,一部分人尤其是老年人,身体虚弱。而冬季气温下降,如果牙齿不好,没法进食,一旦体质下降,抗病力减弱时,病菌便会趁虚而入,引发各种疾病,所以一定要及早治疗以绝后患。由于考虑高龄体弱患者的耐受度,有心脏病、糖尿病等慢性病的患者可以考虑中医辅助种植牙技术,牙槽骨量少缺牙时间长可以选择“即刻用”种植技术,该技术采用德国种植牙博士团队研发的“即刻用”种植技术,可以实现“即拔、即种、即用”种植效果,当天种植牙,当天就能戴牙正常吃喝,回到满口好牙的正常生活状态中去。

最后罗军主任提醒大家,种植牙手术是一种植入性手术,决不能大意,临床发现因做种植牙手术而导致感染,或由于手术不到位而需要重新做手术的不在少数。因此,患者应选择正规的专业医院就医。推荐缺牙患者选择有种植牙资质、设备、专家的医院,接受正规的种植牙技术治疗,术后治疗效果有保障。

## 相关链接:

今年是北京一中医院医院走过的第十五个年头,种植牙作为医院的建院科室,和中国种植牙发展同步起航,从列为重点科室建设直到成为北京“中老年种植牙专科”的领导者,从引进和推广“即刻用”种植牙技术受到诸多质疑,到四年以后“即刻用”成为北京缺牙修复的主流技术,众多开展种植牙科室医院此起彼伏,种植牙医生队伍更替频繁、种植牙统一标准缺失的大背景下,北京一中多年来在种植牙发展上一直处于行业领先的地位,医生队伍也是非常稳固的扩大和提升,医院核心的种植牙医生均和患者有好几年的良好关系,而且由于良好的口碑,成为一家人的家庭牙医。多年来,京一在保障患者权益的同时,不断全方位提升种植牙实力,让每一位拨打010-84240586预约种牙的市民,都能享受更有品质保障的种植牙。(丁茹)



北京京一中醫院  
BEIJING JINGYI TCM HOSPITAL

联系电话 010-84240586

京一,专注中老年种植牙  
半口全口种植领创者 高龄安全种植牙专家

2017年11月15日 星期三