

# “老掉牙”是自然规律？

## 牙周炎等口腔疾病才是主因



口腔健康是全身健康的重要组成部分，不仅影响咀嚼、发音等生理功能，还与脑卒中、心脏病、糖尿病、消化系统疾病等有密切关系。

9月20日是全国爱牙日，今年的宣传主题是“口腔健康 全身健康”，副主题是“关爱老年口腔 乐享健康生活”。什么是牙周病？有哪些老年口腔问题值得关注？记者采访了业内人士与专家。

### 牙周状况是全身健康的“晴雨表”

牙周病是发生在牙齿周围组织的疾病，它会侵犯和破坏牙周的支持组织，对牙齿的周围组织造成一种不可逆的损伤。

中日友好医院口腔医学中心牙周科负责人乔敏介绍，牙周疾病是和全身健康最相关的一个领域，可以说牙周状况是全身健康的“晴雨表”。研究显示，牙周病和糖尿病、心脑血管疾病、肝肾疾病等有密切的相关性。

根据第四次全国口腔健康流行病学调查数据显示，我国老年人群中每10个

人里只有1个人的牙周是健康的。在老年人对牙周病的知晓情况方面，30%多的人不知道牙龈发炎是由细菌引起的。

“牙周病会造成多方面的影响。”乔敏说，首先是导致多颗牙“受累”，牙周一且得病往往是论“排”而不是“颗”，这是成人拔牙的首要原因。牙周病一旦发生或者快速进展，治疗周期会比较长，对牙齿的功能美观和患者生活质量都会造成很大影响。

此外，牙周疾病和全身疾病存在双向作用。专家介绍，以牙周炎和糖尿病为例，重度的牙周炎一定会影响血糖的控制，进而增加糖尿病并发症的风险。反之，一个患者的血糖如果控制不理想，多发的脓肿牙龈也容易反复地发炎化脓。

### 年龄并非“老掉牙”的真凶

一些老年人在口腔疾病防治中存在认识误区，比如有的老年人认为，年纪大了，出现掉牙是正常现象，“老掉牙”是自然规律。但事实却并非如此，年龄并不是牙齿脱落的元凶，以牙周炎为首的口腔慢性疾病才是主要原因。

中南大学湘雅口腔医院修复科种植科主任王月红介绍，牙周炎早期表现为

牙龈红肿、刷牙出血、牙周袋形成，晚期则是牙龈退缩、牙齿松动移位，严重者会出现牙齿松动或脱落。

“牙周炎的罪魁祸首是堆积在牙面和牙龈下的菌斑和牙石，导致牙龈形成深的牙周袋，并破坏牙根周围的牙槽骨，就像大树失去了树根周围的土壤，自然也就会松动了。”王月红说，对于这类伴有牙齿松动的重度牙周炎，首要任务是控制病情，没有保留价值的严重松动牙需要尽早拔除。

专业医师表示，现在针对牙周疾病的治疗主要分为两个阶段，第一阶段是牙周基础治疗，以控制感染为主要目的；第二阶段则是综合治疗，以恢复功能和美学为主要目的。

同时，王月红提醒，对于牙周炎治疗效果要有合理的预期，牙周炎经过治疗，可以控制病情不再发展，但并不能使已经丧失的牙槽骨和萎缩的牙龈重新长回来。

### 预防牙周炎 口腔护理有“三宝”

预防牙周炎，牙线、牙刷、牙缝刷是口腔护理的“三宝”。

根据中华口腔医学会公布的老年人口腔健康核心信息，老年人只要口内还

有牙齿，就应每天早晚刷牙，晚上睡前刷牙更重要。刷牙时不可大力横刷，以免损伤牙齿和牙龈。老年人需根据牙缝大小选用邻面清洁工具。牙龈萎缩不明显者，可选用牙线。牙龈萎缩、有明显牙缝者，可选用牙间隙刷，并根据牙缝大小选择不同型号，使用时不要勉强进入，以免损伤牙龈。

王月红提示，控制牙周炎最关键因素不完全在医生，更重要的是个人长期坚持保持口腔卫生，进行有效刷牙，采用多种牙齿清洁手段如牙线、牙间隙刷等，控制菌斑，这样才能防止牙周炎进一步发展。

年轻人如何关爱老年人的口腔健康？广西壮族自治区江滨医院口腔科副主任龙艺建议，除了可以为老年人定期更换牙刷外，也可经常询问老年人牙齿是否出现不适，若长期出现不适需及时就医。同时，把口腔科的检查安排在老年人全身检查内，老年人口腔疾病的患病率高、自我修复能力弱，因此，老年人需每年至少进行一次口腔健康检查。

新华社记者 沐铁城  
帅才 彭韵佳 黄凯莹  
新华社北京9月20日电



个人健康是立身之本，全民健康是立国之基。作为全国零售药品连锁行业的领先企业，一心堂药业集团股份有限公司始终不忘初心，担负起大健康产业领军品牌的责任和使命，践行“健康中国”战略，全心全意服务民众。

### 以专业诠释初心，用服务践行使命

历经二十多年的砥砺深耕，一心堂始终秉承“一心为民，全心服务”的服务宗旨，以专业化的贴心服务，满足广大消费者的用药需求。截至2023年8月，一心堂全国直营药店已突破10000家，遍布各地的有效会员共计3900余万人，年服务顾客1.8亿人次。

多年来，一心堂不断丰富商品种类，不断向慢病管理药店、DTP专业药店、智慧药房等创新模式转型，为老百姓提供专业的药事服务，提供“安全、有效、经济、方便”的药品。每一盒进入一心堂销售的药品都会受到全程质量监控与跟踪。一心堂将严守药品质量安全，为消费者提供更好的用药保障！

随着消费者健康需求的不断升级，一心堂积极拓展大健康多元化业务模式，加大对个护美妆、彩票、健康管理、医养服务、便利店、盲人按摩等业务的推广，以满足更多顾客对大健康产品日新月异的需求变化。在稳步发展线下渠道的同时，一心堂积极建设全渠道销售网络、全渠道沟通网络和全渠道服务网络，深度挖掘、满足用户需求场景，力求带给用户卓越的无缝式消费体验。

### 以行动诠释公益，用爱心践行责任

企业越大，责任就越大，作为公益理念的践行者和社会公益事业的坚定支持者，一心堂积极致力于各项社会公益事业。企业大型品牌公益IP活动——“健康万里行”，历经21年，累计行程超过70万公里，累计开展健康义诊3万余场、爱心公益活动近1500场。在相关部门的领导下，一心堂积极配合抗震救灾，抗击疫情，并长期致力于扶贫助学、扶贫济困、抗震救灾和产业扶贫等公益事业。为让更

多群众买到放心药，一心堂坚持把药店开到偏远地区，目前公司乡镇药店有1800多家，有效解决了偏远地区药品配送最后一公里的难题，满足当地群众用药需求。

作为云南省龙头企业，一心堂持续打造经济增长新引擎，引领云南医药产业蓬勃发展，为推动地方经济发展贡献力量。企业利用其自身品牌及平台优势，积极与云南省红河、德宏、怒江、西双版纳、丽江、昭通等州市开展合作项目，打造地道药材品牌，促进乡村中药材全产业链协调可持续高质量发展，助力乡村振兴。

同时，一心堂携手云南省残联共同发起实施“一心助残就业行动”，开发更多适合残疾人就业的新岗位；携手中国体育彩票、中国福利彩票，联手打造“药店+彩票”的多业态销售模式，资源共享、优势互补，为公益事业、健康事业做出更大的贡献，让消费者得到实实在在的便利！

### 以创新诠释未来，用行动践行理念

为深入推进健康服务业高质量发展，满足人民群众高品质健康服务需求，一心堂积极响应政府号召，坚持“大健康”理念，建立完善中药产业链，布局发展医疗补充业务，打造健康管理中心、社区诊所、“一心医养”服务产业，整合各方资源参与和践行“健康中国”战略，全心全意服务民众。

如今，信息化和数字化成为了推动社会发展的重要动力。一心堂积极开展建设数字化项目，数字化应用将逐步在门店赋能，大数据应用、供应链数字化、生态协同等业务模块进行深入的系统化建设。未来，通过互联网、物联网、大数据、云计算等创新技术，一心堂将为消费者提供更专业、更便捷的服务。

二十多年的厚积薄发，成就了一心堂万店的辉煌时刻！在建设“健康中国”的道路上，一心堂将积极发展大健康产业建设，持续提升公司整体运营能力，坚守服务本质，推动企业高质量发展，一心为民，全心服务。



广告：图文均由一心堂提供