

NOVA Adult Day Care Center & Home Care

4-088

乐园日间护理中心

我们的宗旨：老有所依、老有所乐。让您享受家一般的温暖。



维州唯一
华人创办老年活动中心

- 健康管理:** 专业医生定期会诊并提供理疗服务、专业护理人员每日基础健康检查
- 生活辅助:** 专车上门接送、预约医生、陪同就诊、外出购物
- 营养膳食:** 提供中餐西餐、品种丰富、营养均衡
- 康娱活动:** 日常锻炼、设施齐全、定期开展丰富多彩的文娱活动
- 居家护理:** 专业护理人员上门照顾日常起居、亲情陪伴
- 福利咨询:** Medicaid(白卡)和Medicare(红蓝卡)相关事宜
- 倾情服务:** 专业护理,亲情式融入



招聘

诚邀您加入我们的团队:

司机、办公室人员 RN注册护士,PCA护理人员

办公室: 703-433-8888 传真号: 703-433-1111

地址: 44675 Cape Ct, Suite 130, Ashburn, VA 20147 Email: bartel@novaleyuan.com



真善美日间保健中心

4-068

12910 Cloverleaf Center Drive, Suite 100, Germantown, MD 20874 Web: www.jasminecenter.com

中心特色

中心宗旨

We are an equal opportunity employer

欢迎致电查询

邹秉雄

240-683-0033

吕思慧

240-386-7882

中心电话

240-232-2288

- 精国、粤、台语的专业医护及护佐
- 专业社工协助申请各类社会福利
- 舒适安全的交通车到府接送
- 营养丰富的早、午餐及点心

- ♥ 最真诚的贴心照料
- ♥ 最完善的保健设施
- ♥ 最美丽的场地环境

邹秉雄、吕思慧主理

华人最优秀的保健服务团队
至诚为您提供最专业的服务

真诚 善良 美丽
Truth Goodness Beauty

拔智齿能瘦脸？九大常见口腔问题，一篇说清

拔智齿会瘦脸吗？小孩子有口臭该如何缓解？牙周病患者在饮食上需要注意什么？

智齿不疼需要拔吗？

萌出位置正常且有咬合功能的智齿，我们一般不需要拔除。也有一些情况下，虽然智齿不疼，但是医生也会建议您拔除智齿。要根据这个智齿是否有潜在危害来判断是否需要拔除。一般需要拍X光片看一下智齿生长的位置，方向，阻生情况等。如果智齿向前倾斜生长或者完全近中阻生，并且顶到前牙的牙冠或者牙根，可能会导致前牙的牙根吸收，牙齿松动，引起前牙的龋坏等，就必须拔除。或者智齿过于偏颊侧或舌侧，不容易清洁，影响周围组织健康，也应该拔除。或者智齿与对合牙产生咬合干扰，影响咀嚼运动，和颞下颌关节正常活动，也需要拔除。再者就是智齿的存在经常导致食物嵌塞，久而久之，嵌塞部位的牙齿就会龋坏，也必须拔除。最后，就是牙齿矫正的需要，拔除智齿来提供矫正间隙，防止复发等。这些情况下即使不疼，我们也应尽早拔除智齿。

拔智齿后多久能恢复？

相比一般牙齿的拔除，智齿拔除的创伤都比较大，相对愈合周期会长些，具体情况还要看智齿萌出状态，阻生程度，牙根大小形态，牙冠位置方向，邻牙和牙槽骨的阻力等，以及患者本身的年龄、身体状况，手术方式的选择，常规手术还是微创手术。正常情况下，拔牙后半小时内局部出血基本停止，形成血块封闭伤口，数小时后，牙龈开始收缩，保护血块，24小时后，肉芽组织开始形成，1周左右肉芽组织完全替代血块。3周左右结缔组织完全替代肉芽组织。而在3个月是才完全形成骨组织。也就是说，1周左右口腔中的局部伤口愈合的已经差不多了，足以抵抗日常的饮食刷牙等，而到3周时候，局部基本上

看不到拔牙留下的大洞了。当然，对于一些阻生严重的，埋伏较深的，牙根粗大分叉的，有骨头覆盖的智齿，拔牙过程产生较大创伤的，已经身体状况较弱的，愈合能力相对较差一点的，术后反应相对也较大些，比如肿胀、张口受限等，会持续1-2周，甚至更长一点，不过最终愈合的结果还是一样的。

智齿拔了会瘦脸吗？

这个问题经常被问到，答案可能会让各位爱美人士失望。因为脸的外形一般是由骨骼形态和被覆在骨骼表面的软组织，包括肌肉、脂肪等，决定的，和智齿的关系不是很大。

所以即使拔除智齿，对面型影响很小。因为，智齿大多数都生长在牙槽骨里面，尤其是阻生智齿，拔除智齿后，局部的牙槽骨改建很小，加上上面颊部软组织的掩饰作用，对面型几乎没有影响。极个别情况下，智齿明显偏颊侧生长，牙冠较大，明显支撑着颊侧粘膜和面颊部，而脸部肌肉和脂肪又很单薄，这种情况下，拔除智齿，可能会感觉脸部变小了。想要改变面部外形，需要通过正颌、正畸、微整形等手段。

长期口臭是什么原因

口臭生理性和病理性的，生理性口臭由于进食一些刺激性食物，饮食油腻，吸烟，熬夜，压力过大，老年性唾液腺功能下降，月经期内分泌紊乱等，病理性口臭由于一些疾病导致的，包括口腔、鼻咽部或者消化系统和全身性疾病。

最常见的口腔疾病：龋齿、牙龈炎、牙周炎、口腔黏膜炎等病人，口腔内存在的细菌，尤其是厌氧菌，其分解食物残渣及口腔内脱落上皮产生硫化物，发出腐败的味道，而产生口臭。

局部因素还包括鼻窦炎、扁桃体炎等也会诱发口臭。消化系统的一些疾病也可能有口臭的症状，

如消化性溃疡、慢性胃炎、功能性消化不良、胃食管返流、幽门螺杆菌感染等可能伴有口臭。心理压力过大，服用某些导致唾液减少的药物，比如一些降压药、镇静药、阿托品类药物等，内分泌失调等，都会影响口腔自我清洁作用，局部免疫力下降，导致细菌繁殖增加，产生口臭。吸烟、饮酒、和咖啡以及经常吃葱、蒜、韭菜等辛辣刺激食品等也易发生口臭。不同的疾病会导致不同性质的口臭，比如糖尿病病人有烂苹果味，肾衰竭病人有鱼腥味，肝硬化病人有硫磺味等。

治疗口臭有什么简单实用的办法？

产生口臭的原因复杂多样，针对不同的原因要采用不同的方法。口腔局部用一些漱口液含漱，不管是保健性质的漱口液，还是医院处方漱口液，甚至是淡盐水，都可以缓解口腔炎症，抑制口腔细菌微生物，从而减轻口臭症状。饮食上，要清淡饮食为主，多食用一些坚硬、粗纤维食物，有助于口腔自洁，金银花、菊花泡水等可以清肝泻火，减轻口臭。加强口腔卫生习惯，保持良好的刷牙、使用牙线、舌刮等清洁习惯，都有助于减轻口臭症状。当然，如果由各种疾病引起的病理性口臭，需要根据相应的病因要到相应的科室就诊，从而从根本上解决口臭问题。

小孩口臭严重怎么办？

一般小孩在晨起时口臭明显，这是因为睡着后唾液分泌减少，口腔紧闭，呼吸气流从鼻腔经过，口腔里的食物残渣在口腔细菌微生物的分解下，产生有味气体并封闭在口腔中而产生的口臭。这是正常现象。除此以外，如果平时口腔也呼出臭气，则应考虑到口腔或鼻咽部有炎症存在，如有黏膜炎、龋齿、牙龈炎、咽喉炎、扁桃体炎、鼻炎或鼻窦炎等。另外，消化不良也可产生口臭。这些都属于病理性的

口臭，需要到医院就诊，请口腔科医生、耳鼻喉科医生、消化科医生等全面检查一下，确定病因，针对相应疾病做相应治疗。同时，应经常给孩子多喝水，可起到冲洗漱口作用，以清淡饮食为主，可减轻和缓解口臭症状。

牙痛到睡不着怎么办？

剧烈牙痛经常有蛀牙引起，可以在牙洞里面放一两粒花椒麻椒，可以对牙神经和周围神经短时限麻作用，起到一定程度缓解疼痛作用。

必要时也可口服一些止痛药，比如芬必得、散利痛、芬太尼等，冰水可以使牙髓腔压力减轻，也可以缓解某些情况的牙髓炎疼痛。以局部肿痛明显的炎症性疼痛，就要口服一些消炎药和止痛药来控制炎症，最常用的消炎药是阿莫西林+甲硝唑，如果青霉素过敏，可以改用罗红霉素、克拉霉素等，止痛药可以用芬必得、散利痛等。并及时到专科医院就诊，彻底解决疼痛问题，防止复发。

还有一些过敏性疼痛，遇到冷热酸痛刺激，或者咀嚼时碰到牙齿上某一点，出现过电一样疼痛，对于过敏的部位，可以用大蒜汁、鲜核桃汁涂抹，平时用脱敏类牙膏，均可缓解。也有一些牙痛，牙齿本身没有病变，是全身其他器官疾病的反应，比如三叉神经痛，心脏疾病，焦虑抑郁等躯体症状，需要到相应的科室及时就诊，尤其是在年龄比较大或有心脏病基础的人，要尽快看急诊。

牙周病如何治疗？

牙周病是发生在牙齿周围组织的炎症性疾病，很多人认为只要用些药物或者洗洗牙就可以治愈了，其实不然。牙周病的治疗应该是一个系统治疗，包括基础治疗、手术治疗、修复治疗和正畸、维护期四个阶段。这是重建和维护牙周健康的一整套过程。首先是在基础治疗阶段，需要拔除不能保留

的患牙，对患者进行口腔卫生指导，包括牙菌斑和牙周疾病的关系，强调清除牙菌斑的重要性以及方法，要学会正确的刷牙方法以及正确使用牙线、牙签、间隙刷等清洁工具。对患牙进行龈上洁治，龈下刮治及根面平整，消除局部刺激因素，纠正不良行为习惯，暂时性松牙固定，调合，药物辅助治疗等。对于较深的或复杂的牙周袋，再次评估后需要进行手术手术治疗。在全口牙周炎症得到控制的条件下，可以对缺失的牙齿以及移位的牙齿进行修复和正畸治疗。最后患者还应定期进行专业的维护。维护复诊间隔根据牙周炎类型、严重程度、依从性、全身健康状况等综合因素确定，一般至少6个月复查一次。

牙周病在饮食方面需要注意些什么？

牙周病是发生在牙齿周围支持组织的炎症性破坏性疾病，都会导致牙根周围组织退缩，牙根暴露，一方面牙齿负重能力下降，另一方面暴露的牙根会对冷热酸甜等刺激比较敏感。牙周病患者饮食首先要保证营养均衡的基础上注意以下几点：

补充一些优质的高蛋白饮食，可以增加机体的免疫力和抗炎能力，比如豆制品、牛奶等。

多食用维生素丰富的食物，必要时可以补充一些复合维生素，维生素B族、维生素C、维生素D等。

注意矿物质的摄入。钙、磷元素参与骨的代谢，利于牙周骨改建，锌元素可以抗感染，增强愈合能力。

从食物性状上说，尽量避免一些粗糙、较硬的食物，容易对牙齿造成咬合创伤。使用软食，易咀嚼的食物为好。冷热酸甜的食物容易导致牙齿过敏，尽量避免。粘性食物容易附着在牙根避免，又不易清洁，牙根抗龋能力较差，所以也尽量避免。