

# 老人需要关怀 爱心正在行动

## 重阳节 永康一周小山村传递温暖

记者 应玲菲 施美园 程高赢

真是太好了,有这么多人来看望我们,为我们免费拍照、检查身体,还有免费老花镜拿,真的太幸福了。21日,由本报永康一周主办的幸福微笑·传递温暖公益活动走进象珠镇枫岭脚村,该村89岁的陈淑贞老人感激地说。

据悉,此次活动共分两部分,此前先行出发的夕阳红摄影小分队已为该村近60位老人分别拍摄了12寸彩色数码肖像照和全家福。而重阳节当天,大家除了把装裱好的相框送到老人手里外,还有山川大药房、关忠牙科、普济护理医院以及8890免费修理小家电服务队等一起送服务到老人家门口。

同时,象珠镇政府还在该村组织了一系列重阳节敬老活动。

### 表情

#### 63岁王文琴:老人也有爱美之心

你看,我的相片拍得不错吧,我皮肤拍得这么好。拿着刚领到的照片,63岁的老人王文琴乐呵呵地向记者炫耀,很久没拍过照片了。那天听说可以免费为我们老人拍照就赶过来了,还特地穿上了漂亮衣服,戴上了珍珠项链。你看,就是我今天穿的这一身,好不好看?王文琴告诉记者,她6点就过来忙活了,一直在厨房帮忙,现在有空得赶紧去看看牙齿,理个头发。

#### 62岁孙秋香:高兴得合不拢嘴

刚检查完牙齿的孙秋香阿婆很开心,原来,她的一口假牙每当咳嗽时不小心就会掉。关忠牙科主治医师徐关忠告诉她,下次再掉牙的时候,他们会帮施阿婆免费镶牙齿。这可把69岁的施阿婆乐坏了。刚检查完就忙招呼着同伴过来看牙。

#### 72岁胡金土:流露出幸福的笑容

阿公,你的血压是140/90,有点偏高。平时要吃得清淡一点,如果有头昏、眼花、头痛的话,记得要开点降压的药吃一下。刚检查完血压,来自我市山川大药房的医务人员耐心地跟72岁的胡金土讲解着。讲解完,一旁山川大药房的坐诊医生、武义县中医院退休中医师刘兰生还为胡阿公把脉问诊。

胡金土告诉记者,他的身体还算硬朗,就是得了慢性过敏性鼻炎,刚才医生帮他看过了,他打算听从医生的嘱咐,先吃些中草药。这样的活动好啊,我在村里当了三四十年的书记了,这个小山村从没这么热闹过,现在退休了,但还能看见这样的场景,很开心。

### 爱心

#### 山川大药房

从此次义诊来看,农村里的老人对中医的需求特别大,我们也是响应“中医药中国行”深入基层、惠及百姓的号召,山川大药房朱师傅表示,以后他们将参加更多的公益活动,弘扬义丰老号,发扬中医“悬壶济世”的精神,以国医国药布义于民间的传统。

据悉,为了此次公益活动,山川大药房还提前两天专门为老人做了重阳糕,分发给现场的老人品尝。

#### 锦周眼镜店

我个人比较热衷此类公益活动,之前也有进行过为敬老院老人免费检查眼睛送老花镜、为贫困学生免费配镜等活动。虽然参加公益活动比较累,但是做完心里舒服。锦周眼镜负责人王景周表示,能够以自己微薄之力帮助到有需要的人,觉得很开心。

#### 市关工委文艺宣传喜庆乐队

市关工委文艺宣传喜庆乐队负责人陈妙琴表示,她的团队一直以来都在参加公益活动。自从在报纸上看见这个活动后,队员们都很想参加。我们会唱歌、会跳舞,腰鼓也打得不错,而且还会理发呢。大家都是开心的人,重阳节,理当为老人带去快乐。陈妙琴说。

#### 夕阳红摄影小分队 施天安、金晓天

中国摄影家协会会员、国家级高级摄影师施天安告诉记者,他是农民的儿子,从小生在农村,长在农村。当得知枫岭脚村的老人平时拍个照片很不容易的时候,便决定和同为永康摄影家协会的会员金晓天参加此次活动。

另外,徐广平、陈志强等摄影爱好者也参加了当天的活动,免费为枫岭脚老人拍摄照片和视频。



## 口腔义诊 还老人一个完美微笑

记者 应玲菲

在本次活动中,市徐关忠口腔诊所积极加入了公益队伍,为枫岭脚村老人献爱心。牙医们为该村老人进行了全面的口腔健康检查,并向老人们赠送了牙刷、种植牙手册以及购物袋等小礼物。

### 义诊现场很温馨 老人们一早便来参加

当天上午9点,在明媚的阳光中,枫岭脚村会堂里格外温馨。听说市徐关忠口腔诊所的牙医们要为老人免费做口腔健康检查,老人们一早便来到那里坐着早早等候。

村党支部书记胡绍务前几天就通知我们了,说有很多医生要过来,还有牙医。刚好我牙齿不太好,蛀牙疼得厉害,就来看看。今年62岁的孙秋香阿婆告诉记者,她的牙齿问题比较多,两颗上门牙已经坏掉,旁边的牙齿也有脱落,而且最近里面的牙齿还蛀牙了,吃东西特别费力,正想着去医院看看牙齿,刚好有牙医要来,让她喜出望外。

在活动现场,39岁的村民胡志刚告诉记者,看到有牙医过来免费给老人检查牙齿,他也过来看看。沾了老人的光,

### 检查口腔建立病历

大多老人有缺牙、牙结石等问题

摆好医疗器械、穿上白大褂、戴上乳胶手套,主治医师徐关忠认真细致地为老人们检查牙齿,还针对老人们的口腔问题,为他们讲解口腔保健知识,同时为每位接受义诊检查的老人建立一份齿科病历,还赠送了一支牙刷及购物袋,让老人们感到特别的温暖。

徐关忠表示,义诊中发现大多数老人有缺牙、牙结石、残

### 口腔健康易忽视

老人们就怕看牙来回折腾麻烦

胡绍务介绍,村里60岁以上老人有60多名,年龄最大的已有98岁。由于年事已高,行动不便,又加之地处偏僻,老人们甚少出门。

而说起口腔问题,不少老年人觉得这是小问题,去医院又怕麻烦子女,能凑合就凑合着用。胡绍务表示,到了他们这个年龄,牙齿的情况大多数不好,有的老年人全口牙齿都缺损脱落了。上医院看一次牙齿不容易,并且牙齿的检查、治疗、修复、镶戴等不是一次就能完成,往往要好几次,路上往返非常麻烦,需要有子女有时间陪伴。所以,老人们大多抱着“吃不动硬的就吃软的,软的也吃不动就吃稀的”心态,

#### 相关链接

### 想不掉牙记住6个关键点

并不是人老了一定会掉牙,只要你能正确地保护口腔。那么,该怎么保护不掉牙呢?徐关忠提出几条建议。

- 1.早晚刷牙,盐水漱口。  
老年人要坚持每天早晚用温水刷牙,临睡前刷牙比早晨刷牙更重要。此外,一日三餐后可用淡盐水漱口,漱口时要借用水的冲力尽量将牙缝中的食物残渣清除。
- 2.叩齿运舌。  
从中医的角度讲,适当叩齿和运舌都是口腔保健的好方法。叩齿就是让上下齿打架,每天早晚各一次,每次30下,运舌则是将舌头在嘴里来回转动,促进唾液分泌,对预防黏膜性口干有一定效果。
- 3.按摩牙龈  
用拇指和食指顺着一定的方向按摩牙龈,每次5分钟,可促进牙龈、牙槽和牙髓的血液循环,防止牙周萎缩。
- 4.定期检查口腔



有医生可以咨询,还能学到不少口腔护理知识。胡志刚说。据了解,由于枫岭脚村地处偏僻,老人大多又行动不便,即便是牙齿有了问题也无法及时到医院进行治疗,许多老人就这样凑合着过了。当看到关忠牙科的牙医们到来时,大家非常高兴,那些忽视已久的牙齿问题终于可以在这里交给医生。

义诊中,不少老人的听力不好,牙医们就说几遍,让老人听清楚为止。有的老人手脚不太灵活,牙医们就将老人搀扶到座位上坐稳后才开始检查。这些细小的行为,让老人们十分感动。老人们不断地重复着一句话:真是太感谢你们了,希望你们以后能经常来。

很多、口腔卫生情况等现象。最严重的问题是老年人的牙齿脱落后,残根对口腔造成磨损,很容易导致口腔其他病变。徐医生说:现在生活水平提高了,口腔医疗水平也不断提高,无颌牙老年人可以做活动义齿,还可以通过种植4至6颗牙做固定牙。关键是要重视口腔健康,尤其是子女们重视老人的口腔健康。

不愿意去医院看牙齿,或者就去附近便宜的地方随便整整。对此,徐关忠表示:老人们的牙齿健康一定要引起重视,我们一定要给老人看好牙。

据悉,创办于1995年的徐关忠口腔诊所已有20年,20年来,徐关忠口腔诊所始终以“关心牙齿·关爱健康”为己任,并积极投身口腔健康公益事业。就在今年9月20日“全国爱牙日”,当天,徐关忠口腔诊所还邀请了市各大医院的6名牙科医生(市第一人民医院口腔科原主任、主任医师杨庆福,口腔科主任、副主任医师应凯以及种植科主任、副主任医师王凡等)联合义诊,为市民朋友送去福利。

每半年至1年去医院检查一次。已经有口腔疾病的老人要进行积极治疗,龋齿要充填,牙周病要进行系统治疗。

- 5.饮食护齿。  
少吃过热、过冷、过酸、过甜的食物,多吃粗粮以增强牙齿的咀嚼力量和自洁作用,多吃新鲜蔬菜与瓜果,给牙周组织提供足够的营养。
- 6.牙齿越少越需珍惜。  
不少中老年人在剩下几颗牙时,嫌麻烦便想把牙齿全都拔了戴上假牙。其实,尽量保留自然牙,不仅能避免牙槽骨的吸收,也可以提高假牙的稳定性与咀嚼功能。

为了让微友们更便利地分享口腔保健知识,该院还开通了微信公众号微信号,欢迎市民扫一扫。

