

俗語說「老掉了牙」，意指人老了，牙掉了。為何人老便要掉牙？我們的確見到不少長者「掉」了牙而要鑲牙或植牙，但亦有不少長者仍然保持一口亮白、堅固的健康牙齒。

到底長者應該如何正確護齒？當牙齒出現問題後應如何挽救、修復？今期由牙醫司徒穎俊為大家講解。

撰文：陳旭英 攝影：張文智 設計：張文彪

## 長者常見牙科問題

長者一定會掉牙嗎？養和醫院牙科部醫生司徒穎俊說，現今的長者較注重口腔衛生，故較少出現昔日嚴重牙疾情況。「一般來說，長者向牙科醫生求診，大多是指牙齒有鬆脫現象，諮詢醫生如何處理。

「而長者口腔衛生程度較不理想，可能因為刷牙方法不正確，又或手腳欠靈活而未能徹底清潔牙齒及牙齦，故此較容易發現有牙周炎。

「如牙齒鬆動情況嚴重，或已經發展至晚期牙周病時，長者或需

要脫牙。但到底要脫多少隻，脫牙後如何維持咀嚼功能，都是長者關注的課題。

「又因為刷牙方法欠理想，長者蛀牙情況亦普遍，一般情況都較嚴重，更甚者蛀蝕至剩下牙腳，在這情況下，牙齒無法保留，只能拔除。

「長者亦會要求牙醫為他們植牙，我們要因應情況，如全口都無牙或是剩下數隻牙齒去考慮修復方案，在植牙手術前，應該先定好將來假牙位置、排列、咬合及顎骨質量，才決定種植體的數量及位置，如果骨量不足，可考慮植骨，否則，按個別情況，牙橋或活動假牙都是不錯的選擇。」



養和醫院牙科部牙醫  
司徒穎俊醫生

# 長者牙齒救兵

## 植牙感覺較假牙好

到底植牙或是訂造假牙會較適合長者？

司徒醫生說，需視乎個別病人健康情況及意願。「植牙畢竟涉及局部麻醉手術，有些長者不願意接受手術，或本身健康狀況較差不願冒手術風險，他們就只能選擇訂造假牙，即活動牙托。有些長者樂於接受手術，但亦要視乎其牙骨狀況，如萎縮程度嚴重，牙骨不足以承托種植體，就不宜植牙，除非先植骨，否則還是考慮活動假牙，如屬單顆缺牙，鑲牙橋也是很好的選擇。有些長者只希望放最少數量種植體於全顎缺牙的情況，可以選擇四支種植體，以支撐固定牙橋，又或兩支種植體，以固定一副活動假牙。」

現時有關植牙的資訊豐富，長者普遍接受植牙。但

戴着活動假牙的長者還是很多，配戴假牙及鑲上植牙各有利弊。

司徒醫生解釋：「戴上假牙後，上顎被牙托遮蓋，雖然進食時是用舌頭感受味道，而不是上顎，但上顎被遮擋，會減弱口腔感受食物的溫度及質感；而食物味道來自色香味、溫度及質感，當後兩者都減弱，進食者便覺得味道較遜色，故一般戴假牙人士都會投訴進食味道差。

另外因為活動假牙沒有神經線，咀嚼食物時亦較難感受食物的軟硬度，因此進食時口感較為遜色。其實到底植牙還是活動假牙較適合長者，主要視乎長者本身的要求，並需了解各種修復方法的利弊，如接受手術的程度，本身健康狀況，經濟負擔等等。所以，並非最昂貴的修復治療方案就是最好的方案，適合自己的，才是最好的方案。」



種植牙



活動式假牙

## 了解病歷 評估風險

長者如想植牙，都要符合一定要求。司徒醫生說，需要評估每位病人的整體健康狀況及牙骨狀況才能確定。

「長者很多時有高血壓、糖尿病、心臟病，接受手術前當然要做風險評估。經常有病人問糖尿病是否不宜做植牙手術，其實糖尿病人能良好控制病情，也可以接受手術，只是他們因為傷口癒合能力較低，術後要等候牙骨再生長，故其康復進展需時會較長，但是短期及長期治療效果成功率仍然是很高的。」司徒醫生說。



而在為長者進行牙科治療前，醫生必須詳細了解其病歷，包括是否服用藥物中。司徒醫生說，有時長者會在見牙醫前自行停服或減量服用某些藥物，例如薄血藥，這並不適當，長者應在醫生評估和指導下，有需要時才停藥或調校藥量；但若長者沒有提供正在服用中的藥物的資料，這樣對自身有很大危險，故牙醫會十分小心查問。

## 因應需要 規劃手術

司徒醫生說，經臨牀檢查後，需要為長者病人進行影像掃描檢查牙骨狀況，現時大多利用三維電影掃描，將完整的上下顎骨在電腦中呈現，並規劃種植體位置，長度及角度，以避免觸及重要結構或器官如神經線或鼻竇。「例如病人全口都沒有牙，可以選擇植入多支種植體並接上牙橋，便可以由無變有，回復所有牙齒，此為固定式假牙；或只種植少量種植體，再裝上固定扣如LOCATOR或磁性固位(Keeper & Magnet, 左圖)，用以固定活動假牙，一樣能回復牙齒外觀及咀嚼功能，效果亦非常理想。」



如病人本身有健康可保留的牙齒，亦可跟據其需要而選擇性地植牙，數量由一隻至十隻不等。當然種植牙數量愈多，費用亦會較高，牙醫會依據病人意願及經濟能力，而提出適合的牙齒修復規劃。」

## 長者護齒咪偷懶

不過司徒醫生強調，任何人士都應好好保護牙齒，不要等到牙齒救無可救需要拔除，之後用種牙或假牙來回復外觀及功能。

他建議長者每半年應檢查牙齒一次，如有問題，應該及早處理。而長者手腳靈活度較差，故很多時刷牙都無法徹底清潔牙齒，故家人亦多加注意，有需要時可以幫忙刷牙。

他又特別提醒配戴活動假牙的長者，睡覺前應將假牙脫下，徹底清潔金屬及膠表面後存



放於清水中。

「長者以為沒有牙便不會蛀牙，不會有牙患，但假牙沒有徹底清潔或經常戴住假牙睡覺，容易引致口腔黏膜發炎以及被真菌感染，又或假牙鬆脫而生意外。」

另外長者亦以為使用了漱口水便不用刷牙，「試想像牙齒表面如包滿牙菌膜，只用水是否可徹底清除？故一定要刷牙，之後再漱口水，減低牙菌數量。」司徒醫生說。

