

～いけがみ歯科は、頑張るあなたを応援しています～



歯っぴ～通信

平成 29 年 5 月号 Vol.112

Good bye Perio プロジェクト

こんにちは!

歯科衛生士の藤本です。

タバコの煙には、**ダイオキシン**などの発癌物質や**ニコチン**、**タール**などの有害物質が含まれており

「血の巡りが悪くなる」

「唾液の量が減る」

「免疫力の低下」などの

症状が起きてきます。

そうなるくと、歯ぐきも

炎症を起こしやすくなって

重度の歯周病へ進行して

いたり、**インプラント治療**

ができなかったり、**口腔・咽頭癌**

にかかったり

歯や口にも悪影響を与え

てしまうんですよ…



タバコは**百害あって一利なし**です!

新 緑の季節! さわやかに過ごしていますか?

こんにちは。いけがみ歯科クリニックの池上誠です。5月になりましたね。この季節、山に目を向けると新緑がまぶしく輝いていますよね。良いお天気だと本当に気持ちがいいです。花粉症に悩まされていた人も、5月になると落ち着くという話をよく聞きます。街でたくさん見かけたフレッシュマンさんたちも、スーツが板についてきて、見分けがつかなくなってくる時期ですよ。そんな5月ですが、みなさんさわやかに過ごしていますか? 私も、花粉や黄砂などに敏感なので、季節の変わり目はつらかったですが、調子を上げて頑張っていきたいと思っています。さて、今日は桜の後のお花について。山を見ると所々紫色の部分がありますよね。おそらく山ツツジだと思います。盆栽でツツジを育てていらっしゃる方が近所にいらっしゃれば、お庭のツツジも見られるかもしれませんね。ツツジの次は、藤(フジ)ですかね。きれいな藤棚をお庭に見かけることもあります。玉野の渋川海岸や和気町の和気神社にも立派な藤棚があり、藤まつりをやっているようなので、足を運んでみてはいかがでしょうか。また、藤と同じ時期の花として、桐の花も挙げられるでしょう。新緑の山を眺めていて、花の部分だけが背が高く、薄紫の花が咲いているのに気が付くことがあると思います。桐の花を見かけるとそろそろ夏が来るなあとか、そろそろ田植えがはじまるなあと感じます。過ごしやすい季節です。山に目を向けて、初夏を感じてみてはいかがでしょうか?

院長 池上 誠

噛み合わせのお話52～噛み合わせと5月病～

今回は、5月なので5月病のことについてお話しますね。4月から生活の環境が変わった人にとって、ゴールデンウィークはちょっとした休息の時間でもありますよね。新しい生活が始まった人にとっては、本人が自覚するしないにかかわらず、ストレスがかかっている状態だと言えます。このゴールデンウィークでリフレッシュして、しっかり疲れを取っていないと、日常にかえった時に、さらなる負荷がかかり、5月病となってしまいます。何度もここに書いていますが、噛み合わせは自律神経のバランスを調整する働きがあります。噛み合わせが全てではないですが、噛み合わせの改善が5月病の予防や改善に繋がる可能性は十分あります。ご自身の生活リズムにあったストレス発散法を見つけることが第一ですが、噛み合わせも気になるなあ、という方はお気軽にスタッフにお尋ねください。

～ご予約の電話に関するお知らせ～

いけがみ歯科クリニックでは、インターネット上の E-PARK というサイトでのネット予約・電話予約が可能となっています。ただし、**E-PARK でのご予約は、初診の方専用**とさせていただきます。ご予約される際は、(086) 237-7731 へお電話いただくとありがたいです。よろしくお願いいたします。

〒700-0827
岡山市平和町6-27
WAKAビル2F
発行: 池上誠



● 歯科・口腔外科・小児歯科
● レーザー治療・予防歯科
● インプラント・ホワイトニング
● 西川沿い・岡山駅から徒歩10分
● いけがみ歯科クリニック
● (086) 237-7731