

～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

令和3年4月号 Vol.159



桜の花が咲く季節になりました！

Good bye Perio プロジェクト

この約一年間“仕事以外”でもマスクを着用しなければなりませんでした。

感染予防には欠かせないマスクですが、良いことばかりではありません。

内側が蒸れて肌荒れしやすくなったり、酸素の少ない空気を吸い続けることで頭痛が出たり…そして歯科と特に関わりが深いのは**口腔乾燥問題**。マスク着用で水分補給の回数が減ったり、マスクの中でお口をぼかんと開けたままだったり、口を動かす回数も減るので、**唾液分泌が激減**してしまうんです。

唾液は、むし歯からも歯周病からもウイルスからも私たちを守ってくれています。

ウイルスとの戦いは長期戦…。

体を守る方法を知って健康を保ちましょう。



こんにちは。いけがみ歯科クリニックの池上誠です。4月になりました。今年は、温くなるのも早く、桜が咲くのも早かったですよね。満開になるのも早く、このお便りを手にする頃にはすっかり葉桜になっているでしょう。桜の便りはコロナで塞いでいる社会の気持ちを少し明るくしたかもしれません。ただ、コロナ関係の報道を見ると、感染者は横ばいから微増へ、変異型のウイルスは感染力が強いとのこと。桜の花とは裏腹に、コロナへの不安は増えるばかりのような気がします。さらには夏に開催される東京オリンピック・パラリンピックは、海外からの観客の受け入れを断念というニュースもあります。このコロナウイルスですが、なかなか一筋縄ではいかないかもしれません。そんな中、オリンピックで活躍した柔道の古賀稔彦さんがお亡くなりになりました。環太平洋大学の柔道部の総監督でもあったことから岡山にも縁があり、多くの方が若すぎる死に心を痛めていると思います。ケガをしてメダルは無理と言われたオリンピックで、金メダルを取ったことは多くの人に感動を与えたことと思います。このコロナに揺れる社会に対して、古賀さんのような気概のある姿を見せてくれる人が出てきてくれたら、どれだけ励みになるだろうと思います。新年度が始まり、環境が変わったり、多くの出会いがあったりすると思います。お互い励まし合って、一緒にコロナに立ち向かい、頑張っていきましょう。

院長 池上 誠

噛み合わせのお話⑨8～噛み合わせと頭痛のお話～

今回は噛み合わせと頭痛についてのお話をします。季節の変わり目ということもあって、天気が急に変わったり、天気予報では晴れだったのに雨が降ってきたりということがありますよね。それに応じて、頭が痛くなるという方がいませんか？ そういった方は、もしかしたら噛み合わせに不具合があるかもしれません。こめかみからまゆ毛の間あたりに手を置いて、ぐっぐつと歯を食いしばってください。もこもこつと筋肉が動くのがわかりますよね。ここの筋肉が緊張することで、頭痛が起きるケースがあります。なので、そこをマッサージしたり、口を開けたり閉じたりしながら緊張を取れば頭痛が改善されることもあります。ただ、緊張させなければ、頭痛が起きにくくなるので、その対策をお勧めします。それは、両方の奥歯で噛むことです。片方の奥歯で噛んでしまっていると、顔まわりの筋肉のバランスが崩れて緊張してしまうのです。三度の食事で顔まわりの筋肉のバランスを取って頭痛にさよならできるかもしれませんよ。

2021年より当院でも歯科用CTを導入しました

～歯科用CT(断層撮影)でわかること～

- ・歯周病の進行程度
- ・神経の走行
- ・顎関節の精査
- ・親知らずの状態
- ・インプラントの事前診断
- ・根の先の病気の大きさと範囲
- ・歯根のひび割れ
- ・治療後の根の中の状態
- ・セカンドオピニオン診断など

撮影料 (保険適用・3割負担の場合)

約¥3,500

※保険で認められていない撮影については保険外適用になります。

〒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