



Good bye Perio プロジェクト ～歯周病から歯を守る～

歯の黄ばみが気になって
人前で堂々と笑えない…
という方はいませんか？

ホワイトニングは生まれ
つき茶色っぽい歯や年齢
と共に黄ばんだ歯を削ら
ずに脱色して**歯にダメージ**
を与えることなく白く
することができます。髪
の毛で例えると、ブリー
チのような方法です。

歯科で機械を使って行う
オフィスホワイトニング
と自宅でマウスピースを
使って行う**ホームホワイ**
トニングの二種類があり
ます。気になる方はいつ
でもお声がけください♪



ネット予約をぜひご利用ください！

当院ではホームページからネット予約が“**24時間可能**”です。

初診の方だけでなく、既存の方でも誰でもご利用可能です。

予約した**数日前に確認のメール**が届きます。

詳しくはスタッフまで。QRコードもご利用ください。➡



～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7年4月号 Vol.207



暑さ寒さも 彼岸まで、とはいえ！？

こんにちは。いけがみ歯科クリニックの池上誠です。4月になりましたね。新しい年度になり、気持ちも新たに生活が始まった人も多いのではないのでしょうか。気温も「暑さ寒さも彼岸まで」という言葉通りに、お彼岸を超えてからぐんと上がりましたよね。ただ、その前後の気温の違いにびっくりしています。お彼岸前は、急に寒くなった感じがして小雪がちらつくようなお天気になりました。そんな天気だったのにお彼岸を超えると最高気温が20度を超える日があり、なんなら25度を超える夏日になる日もありました。気温が段々上がっていつ「夏が来たな」と思いたいのに「つい先週までコートが…もう半袖で過ごすの！？」といった感じの3月だったと思います。これも異常気象って呼んでいいと思いました。そんな気温がぐんと上がった3月後半に、岡山市内では全国ニュースになるくらいの山火事がありました。空気が乾燥していることもあって大きな火事になりましたよね。ニュースでも言っていましたが、過去10年間の山火事の発生件数は岡山県は第二位だそうです。晴れの国ゆえの乾燥が順位を上げているようですが、火の取り扱いには気を付けたいものですね。新年度が始まり、新しい仲間とBBQといった時など、お互い気を付けましょう。そんな新年度ですが、花粉や黄砂が飛び始めて体調を崩している人をよく見かけます。手洗いうがいといった基本に立ち返って健康管理に心がけたいものですね。季節の変わり目ですが、良いスタートを切って良い年度にしましょう！

院長 池上 誠

噛み合わせのお話(147) ～噛み合わせと花粉症のお話～

今回は噛み合わせと花粉症との関わり。今までは噛み合わせを良くすると不定愁訴が改善し、花粉症が改善しますよという話でしたが、今回は花粉症が噛み合わせにどんな影響を与えるかというお話。まずは、目や鼻がむずむずして調子を崩すことで口のまわりの筋肉が緊張してしまいます。筋肉が張った状態が続くと噛み合わせにも不具合が出てくるということです。また、鼻が詰まってしまうと自ずと口呼吸になってしまいますよね。口呼吸になると、口中が乾燥して口腔ケア的には、あまり良い状態だとは言えないのです。そして、花粉症になると痒さだったり、鼻水だったり、集中力が低下してしまいますよね。そこからくるストレスで、食いしばりや歯ぎしりをしてしまうケースがあるようです。食いしばりも歯ぎしりも、歯や顎にいつも以上に負荷がかかってしまいます。歯が削れたり欠けたりすると噛み合わせに影響があるのは言うまでもありません。花粉症対策をしっかりしていただき、歯の健康もしっかり保って欲しいですね。

〒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

