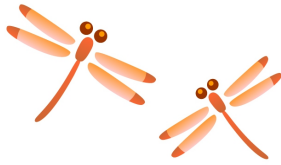


～いけがみ歯科は、頑張るあなたを応援しています～



歯っぴ～通信

令和7年9月号 Vol.212

Good bye Perio プロジェクト ～歯周病から歯を守る～

磨き残しやすいところに
簡単に届く歯ブラシ **ピセラ**



ピセラの歯ブラシは**ヘッド部分**

の先端1/3が5束の角度がつい

た**先端集中毛**なので、届きにく

い一番奥の歯などをポイント的

に磨くことができます。奥歯を

磨くのが苦手な方やポイント的

に集中して磨きたい方は、ぜひ

使ってみてください♪パステル

カラーの5色展開です。



先端集中毛

暑い夏を 熱い話題で 乗り切ろう！



こんにちは。いけがみ歯科クリニックの池上誠です。9月になりました。お盆を過ぎてから、朝晩涼しくなりましたね。と言いたいところですが、まだまだ暑い日が続いています。秋の虫の声が聞こえてはきますが、虫の音とは裏腹に朝も気温が高い日がありますよね。この夏の高温は災害レベルと言ってもいいかもしれないという声をよく聞きますが、本当にそうだと思います。もうそろそろ涼しくなってくれてもいいのに…という時期なのに、暑い日が続くと気持ちが現実には追いつかず、精神的にも疲労度が増してしまい、夏バテ・残暑バテしてしまうようです。水分・塩分はもちろんですが、食事・休憩・睡眠をしっかり取って対策しましょうね。さてさて、そんな暑い夏ですが、いろいろ熱いことがたくさんありますね。まずは、ファジアーノ岡山。27節を終えた時点で9位です。J1一年目で、この成績はすごいと思います。どうあれ8月の3連勝は熱いですよね。また、備前市出身ドジャースの山本由伸投手が11勝目を上げましたよね。メジャー2年目で二桁勝利はすごい！熱いですよね。大谷翔平選手と共にドジャースでもっと活躍してほしいです。さらに今年の夏の高校野球は熱戦が多かったと思います。優勝した沖縄尚学高校が、沖縄県に凱旋するニュースを見ましたが、県民一体となって出迎えているようで感動しました。まだまだ暑い日が続くようですが、熱い話題に元気をもらいながら、元気に明るく乗り切っていきましょう。

院長 池上 誠

噛み合わせのお話 152 ～噛み合わせと夏の食いしぼりのお話～

今回は噛み合わせと夏の食いしぼり。前回の夏バテの話と似ていますが、この時期独特の食いしぼりについてのお話。食いしぼりの多くの原因がストレスなのですが、この時期になかなか自覚できないストレスがあります。まずは、夏の間に蓄積した疲労ですね。この夏は異常な暑さだったので、夏の疲れが知らず知らずのうちに溜まっていると思います。次に、暑さゆえの室内外の温度差による自律神経の乱れからくるストレスです。屋外が極度に暑いので、クーラーを効かせすぎると、それが原因でヒートショック現象が起こることもあるようです。倒れるまでいかないうちでも、心臓に極度の負担がかかっているのです。そんな無自覚のストレスが原因で、食いしぼりが起こったり、寝ている間に歯ぎしりをしたりするようです。日中に意識して上下の間に隙間を作ったり、頬の辺りをマッサージしたりするなどして、対策をするといいかと思います。まだまだ暑い日が続くので、歯やあごにやさしくしてあげる時間をとってくださいね。

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。➡



〒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