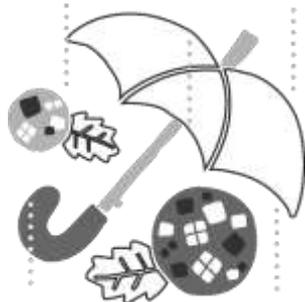


～いけがみ歯科は、頑張るあなたを応援しています～

歯っぴ～通信

平成 20 年 6 月号 Vol.6



ホワイトニング

当院では、ホワイトニングを行っています。ご存知の方も多いと思いますが、ホワイトニングとは、生まれつき、歯の色が茶色っぽい、あるいはだんだん黄色っぽく変色してきた、そんな歯を削ったり傷めたりすることなく歯全体を白くするための治療です。当院ではアメリカで開発された可視光線照射器によるホワイトニングを導入しています。一般にブリーチングと呼ばれるもので、歯の表面に化学反応を起こさせて歯を白くさせるものです。回を重ねるごとに白くなります。また、一度お好みの白さににしてしまえば、お手入れ次第で、1年半から2年くらいは、その白さを持続できます。お客さんと対面する仕事をされる方や女性の方などにおすすめです。あなたの笑顔がより眩しい笑顔に！そんなホワイトニングをしています。興味のある方は、お気軽におたずね下さい。

6 月は、歯のことを考えて・・・

こんにちは、いけがみ歯科クリニック院長の池上誠です。今月も患者様とのコミュニケーションのための【歯っぴ～通信】をお届けしますね。6月になりましたね。6月と聞くとどうしても私たち歯科医は、6月4日から始まる【歯の衛生週間】のことが頭に浮かびます。多くの場所で「虫歯予防」あるいは「歯を大切に」というコンセプトでのイベントが開かれます。小さなお子さんのいらっしゃるご家庭では、幼稚園や小学校で「歯磨き週間」や「歯科検診」といった行事があるのではないのでしょうか？世の中全体が、歯について考えてる時期なんじゃないかなあと思ったりもします。そういう意味で、やはり6月は何となく気持ちが引き締まる月でもあります。また、6月になると梅雨に入ってしまうので、何となく天気はすっきりしない日が多いかもしれませんが、そういう時期だからこそ、来院してくださる患者様に、気持ちよく過ごしていただくと思っています。この6月が終わると新しい年が半分も過ぎたということですよ。何となくときの早さも感じます。そんな6月ですが、みなさんもご家庭や職場で「歯」についてお話してみてください。この『歯っぴ～通信』がその一助になればと思っています。院長 池上誠

歯っとする話④～朝、起きたときの虫歯菌は…！？～

さて、このレターを手にする人にとって少しでもお役に立てる内容ということで、この欄では、歯に関するお話をさせてもらっています。今回は、【菌】の話です。虫歯菌、歯周病菌は常にお口の中に存在しています。この菌の数は一日の中でめまぐるしく変化します。虫歯はミュータンス菌が食べ物に含まれる砂糖（ショ糖）を分解するときにつくられる酸によって、歯が溶かされることによってできます。食事の直後は食べ物やたくさん分泌される唾液によって洗いながされるのでミュータンス菌の数は少なくなります。食事と食事の間は唾液の量が減ってくるのでミュータンス菌の数が増えます。しかし、毎食後に歯みがきをしていればミュータンス菌の増殖は防げます。食後の歯みがきをしないとミュータンス菌は増えてくるわけですが、もっとも増えるのは夕食後に歯を磨かないで寝る場合です。寝ている間は唾液の分泌は極端に減少します。さらに37℃前後というミュータンス菌にとって快適な温度が一晩中安定して保たれます。日中よりも寝ているときにむし歯、歯周病は進行するんですね。その結果、朝起きたときの菌の数は、夕食後と比較して約30倍になることがわかっています。夜寝る前の歯みがきがいかに大切かということが数字によって証明されたわけですね。分かってはいてもついついお酒を飲んで帰ってきた夜、あるいは晩酌をした夜、歯を磨かないで寝てしまうことがあります。お酒を飲むと歯を磨くのが面倒になる傾向も多かれ少なかれあるようです。お酒を飲んだ翌朝に歯周病で歯肉が腫れてくるというのはよくあるパターンみたいです。お酒を飲んだ夜は心を鬼にして歯を磨いてから寝ましょう。

本屋さん乱立か！？

最近、岡山市内に大型書店のオープンが相次いでいるような気がしませんか？泉田のフタバ書店、下中野の啓文社、そしてビブレの喜久屋書店。新聞では、「書店戦争・岡山の陣」などと報道されていましたよね。私もビブレの喜久屋書店に行ってきました。2階と3階のフロアなので、さすがに広いなあと感じました。歯科に関する書籍や娘たちのための絵本など、ざあっと見て回りました。みなさんはもう行かれましたか？

発行：池上誠
いけがみ歯科クリニック
〒700-0827
岡山市平和町6-27
WAKAビル2F
TEL(086)237-7731
西川沿い・岡山駅から10分