



～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 23 年 11 月号 Vol.46

赤ちゃんの 歯みがき

今回は、赤ちゃんとお歯みがきについてのお話をしますね。乳歯はいずれ生え変わるんだし、、、と、思っている方いませんか？大きな間違いです。乳歯の虫歯は、永久歯の虫歯に大きく影響しますし、何よりもしっかり歯ぐきマッサージをして、歯の土台をしっかりさせる意味でもとても大事なことです。赤ちゃんの上下の前歯が出てきたら、まず、食後にはお茶や水を飲ませる習慣をつけてほしいものです。これだけでも、口の中の食べ物のかすをとるのに効果的です。それに加えて、少し歯を磨いてあげるようにするとさらに効果的です。とはいっても、いきなり歯ブラシでゴシゴシ磨いては赤ちゃんもいやがってしまいます。この時期は、赤ちゃんの頭をママの膝の上に乗せ、ぬれたガーゼで歯の裏表をこすってあげる程度で良いでしょう。そういった行為の習慣づけができるといいですね。

稲刈りシーズンに思うこと・・・

こんにちは、いけがみ歯科クリニック院長の池上誠です。11月になりましたね。岡山市内でも稲刈りが始まり、稲刈りがすんだ田んぼを見ると、いよいよ秋から冬へ向うんだなあと感じさせられます。また、10月は、日によって暑く感じる日があったり、寒く感じる日があったりしましたよね。日によって気温の差があると体調を崩しやすいのですが、皆さんはお風邪などひかれていませんか？お互い気をつけましょうね。さて、稲刈りシーズンですが、皆さんは、一本の稲穂に何粒くらいのお米がついているかご存知ですか？私も気になって調べてみると、70～80粒のお米がついているそうです。田植えのときは一本だった苗も、分かれて、いくつもの株になり、その株ごとに稲穂をつけるわけですから、一粒の玄米が、一年かけて、数百倍の玄米になるということですよ。その営みというか、成長はすごいなあと思いました。また、毎日口にするお米のありがたみを感じずにはいられない気持ちにもなりました。さらには、お米を作る仕事の尊さも同時に感じました。お米が手に入るのが当たり前の時代に生きていますが、そういったことに思いを寄せる良いきっかけになりました。そんなことを感じながらお米を食べてみてはいかがでしょうか？

院長 池上 誠

お釈迦さまも「歯みがきのススメ!？」

歯みがきの起源について色々調べていると、お釈迦さまも弟子たちに「歯みがき」を勧めていたそうです。【歯磨き】には「五つの利」があると、次の5つを示したそうです。一、口気臭わず 二、味覚がよく 三、熱が消え 四、食が進み 五、眼がよくなる とのこと。最近の研究では、虫歯予防に加え、歯周病予防の効果もある歯みがきですが、歯周病予防は万病の予防になるということですから、お釈迦様は、すべてを見通して教えを説いていたのかもしれないね。

～あなたの声を聞かせてください（患者さまの声）～

このスペースでは、治療後に寄せられた患者さまの声を掲載しています。

歯っぴ～通信いつも楽しみにしています。読ませて頂くたびに、歯医者のイメージがすっかり変わってしまいました。子どもころからめっちゃくっちゃ大嫌いな歯医者さんだったのに、今は安心感でいっぱいです。ポロポロの口の中だったのですが・・・。かめるようになりました。本当に、皆様のおかげです。ありがとうございました。

(岡山市：有吉裕子さん)

〒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10分
いけがみ歯科クリニック
(086)237-7731