



歯科衛生士 柴山のはつとる話

ハミガキ粉のお話

今回はハミガキ粉についてのお話をしますね。ハミガキ粉にはブラーク(歯垢)を効率的に取り除く効果だけではなくムシ歯予防効果のあるフッ素や、歯周病予防効果の有効成分が配合されているものもあります。また、ステイン(歯の着色汚れ)を落としたり、口臭を防いだりする効果もあります。ハミガキ粉の働きは、効率よくブラーク(歯垢)を除去し、ブラーク(歯垢)をつきにくくする。次に、ハミガキ粉を使用して歯を磨いた時の方が24時間後のブラークの付着量が1/3以下になり、食べ物や飲み物の中に含まれる色素やタバコのヤニなどによるステイン(歯の着色汚れ)を取り除き、本来の歯の色を保ちます。また、お口の中全体を清潔にすることで効果的に口臭の除去・防止ができます。次回はハミガキ粉選びについてお話していきますね。

～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 6 月号 Vol.41

梅

雨空を吹き飛ばそう！！

こんにちは、いけがみ歯科クリニック院長の池上誠です。六月になりましたね。五月の終わりには、季節外れの台風がやってきて、すごかったですね。土曜、日曜が、警報が出るくらいの雨だったので、各地でイベントや運動会が中止になったようですね。みなさんの周りにもそういった方がいらっしゃるのではないのでしょうか？また、今年は梅雨入りが例年に比べてずいぶん早くやってきました。新緑のいい季節が短くて少し残念に感じています。少しじめじめとする季節が始まりますが、これから田んぼに水が入り、収穫へ向けての新しい稲が植えられる時期でもあるので、新しい息吹きを感じられるという意味では、いい季節かもしれませんね。梅雨の晴れ間に、青空が田んぼに映る風景が、昔からとても好きなんです。春から夏への季節の変わり目でもありますし、天気がすぐれない日が多いということで、体調を崩したり、ストレスをためてしまったりする人がいるかもしれませんが、そんな梅雨の晴れ間の風景で癒され、元気を取り戻してもらえたらなあと思います。地震や原発の影響で、政治や経済も不安定ですが、それもなにかの変わり目なのかもしれませんね。私自身も、そういった不安定な雰囲気にもまれることなく日々の治療にあたりたいと思います。 院長 池上 誠

梅雨の時期に気をつけて欲しいこと

例年より早く梅雨入りしましたが、この時期に少し気をつけて欲しいことがあります。それは、歯ブラシの管理です。水回りは、ただでさえ湿度が高いのですが、梅雨の時期はなおさらです。歯を磨いた歯ブラシは、気をつけておかないと雑菌の宝庫になってしまいます。基本的なことですが、歯ブラシは流水で丁寧に洗ってください。また、よく水を切り、ブラシが上になるように立てて保管してください。一度乾燥してしまえば、菌の繁殖を防ぐことができるので、しっかり乾かすということも大切です。この時期、少し歯ブラシにも気を配ってみましょう。

患者様の声～あなたの声を聞かせてください～

毎月、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。

噛み合わせと虫歯の治療で、長期に渡りましたが、やさしい女性スタッフさん、丁寧でやさしく治療して下さった先生にとっても感謝しています。皆様に、そして、このいけがみ歯科クリニックに出会えたことは、私のHappyです。また、定期検診にも来ますので、末永いお付き合いをよろしくお願いいたします。

(40代：なおさん)

〒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・岡山駅から徒歩10分
いけがみ歯科クリニック
(086)2377731