



～いけがみ歯科は、頑張るあなたを応援しています～



## Good bye Perio プロジェクト

こんにちは 歯科衛生士の松本です。

とても清潔好きな日本人。ほとんどの人が1日に2回以上歯みがきをしています。ではなぜむし歯や歯周病になる人が多いのでしょうか。

- ①汚れを落とすポイントを見逃している
- ②何を歯ブラシで落とすのかを知らない
- ③歯科医院での定期的なケア・メンテナンスをしていない

などの理由があるようですね。

きちんとした歯みがきが続けていれば、むし歯や歯周病のない健康な状態で過ごすことができます。



# 歯っぴ～通信

平成 25 年 12 月号 Vol.71

## 寒 くなってきましたね・・・！？

こんにちは。いけがみ歯科クリニック院長の池上誠です。12月になりましたね。先月の後半から、ぐっと寒くなりいよいよ冬がやってくるのだと思います。急な寒さのせいか、先月は風邪をひかれている方が多かった気がします。変な咳が出たり、声が出なくなったりという方が何人かいらっしゃいました。皆さんはいかがですか？先月、地球温暖化の影響で台風の影響を受けやすいのでは？と書いたのですが、日本だけでなく、今回はフィリピンを直撃し、1度の台風とは思えないような被害がでているようですね。その報道を見るたびに心が痛みます。一方で、東日本大震災の時との違いも感じさせられます。方々で、略奪が起きたり、支援物資にも「我先に！」と言わんばかりに飛びついたり、脱獄が起きたりという報道を目にすると、当時も世界から評価された「日本人の礼儀正しさ」といったものを再認識させられました。フィリピンで被災された方の一刻も早い復興を願うと共に、自分は日本人としてどう立ち振る舞うかということ改めて考えさせられた台風30号でした。みなさんは、どんなことを感じましたか？

院長 池上 誠

## 噛み合わせのお話⑪～お勉強のお話～

今回は、噛み合わせと、勉強のお話をしますね。ズバリ、噛み合わせと学習効果は密接に関係していると思っています。つまり、噛み合わせの良い子は成績が良いと考えるのです。噛み合わせがよくなると姿勢がよくなります。姿勢がよくなると、脳への血流量が多くなるというわけです。先月お話したように、離乳食の際、スプーンで上あごになすりつけるように食事を与えてしまうと、噛み合せにも支障が出てきます。さらに、顎を出したような姿勢になり、首の後ろが窮屈になります。首が窮屈になるということは、形動脈が圧迫され、脳への血流量が減ってしまうということなのです。読書のスピードも、実験したものの報告をみると、姿勢が良いときと悪い時で、2～3割読書のページが増えたようです。記憶量においても、姿勢の良い子のほうが、悪い子を上まっただようです。噛み合せをきっかけに、勉強の効率が良くなるのは理にかなっています。勉強や仕事の効率を上げたい方、お気軽にご相談くださいね。

## ～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。

- ・フレンドリーで好感のもてる先生だと思います。  
(岡山市／匿名希望)
- ・やっかいな歯をちゃんと治していただきありがとうございました。  
毎回ちゃんと説明していただけたので理解できました。  
(岡山市／匿名希望)

〒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