



～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 26 年 2 月号 Vol.73



Good bye Perio プロジェクト

こんにちは、歯科衛生士の松本です。

みなさんフッ素を知っていますか？

食べ物、水、土などに自然に存在している元素のことです。

私たちは毎日食べ物や飲み物からフッ素を取り入れてるんですね。

フッ素は歯のカルシウム成分が抜けて白っぽくなったところ、すなわちむし歯になりかけのところ(脱灰)に取り込まれ、歯の回復(再石灰化)を促進させる作用をします。

その結果歯を強くするんですね。

定期的な歯医者さんでフッ素を塗ったりフッ素入りの歯磨き粉を使ってむし歯予防をしましょうね♪

寒 い季節を乗り切るために！！

こんにちは。いけがみ歯科クリニック院長の池上誠です。2月になりましたね。今年の冬は、雪が多いという報道がよくされていますが、岡山は、なんとなく暖冬のような気がします、みなさんはいかがですか？寒さで風邪をひいたりしていませんか？1月中旬には、岡山でもインフルエンザ注意報がだされていますね。寒さで体調崩すというよりも、インフルエンザやノロウイルスといった感染症の方に気をつけた方がよさそうですね。なにはさておき手洗いとうがいをはっきりして欲しいのですが、歯科医の立場でいうと、食事中はしっかり噛んで唾液腺を刺激しておくこと、食後は歯磨きうがいをしてお口の清潔にしておくこと、この2点に気をつけて外からのウイルス対策につとめていただきたいと思います。さて、岡山にいると都知事の選挙は、あまり実感がわきませんが、この結果が国政に大きく影響するのでしょうか。原発のことや介護や福祉の問題が論点になっているようですが、どの候補者が知事になったとしても、よりよい生活へのステップにして欲しいと思います。皆さんは、どのようにお考えですか？

院長 池上 誠

噛み合わせのお話⑬～肩の痛みと噛み合わせ～

今回は、噛み合わせと、肩の痛みについてお話しますね。「昔スポーツを一生懸命やっていたんです。」という方が、運動をしなくなって、しばらくしてから腕があがらなくなったり、肩が痛くなったり、という話はよく耳にしますよね。他にも、デスクワークに集中しすぎて、肩が痛くなるケースもよく聞きます。筋肉が緊張した状態が続き、痛みを感じるのだと思います。歯科の視点から見ると、噛み合わせを改善することで、痛みを和らげることができる場合もあります。普段の筋肉の緊張に加えて、噛み合わせの不具合から痛みが増している場合、噛み合わせを改善させると、筋肉の緊張が軽減され、痛みも軽減するのです。特に、片噛みの場合、片方のあごの筋肉や肩の筋肉に噛む力が加わってしまっているため、片噛みが治ることで噛む力が分散され、筋肉への負担も減るんですね。歯の治療で肩こりや肩の痛みが軽減したということもよくお聞きします。肩の痛みがある方、気になる方は、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。

虫歯が進行していて、治療が難しい歯を診ていただきましたが、画像を使ってわかりやすく説明していただいた上に、しっかり噛めるように治療していただき、大変ありがたかったです。歯医者さんに対するイメージは、あまりよくなかったのですが、いけがみ歯科に通うようになって、しっかり治療することの大切さを感じました。丁寧な対応をしていただき、すごく安心できる歯医者さんだと思います。また、お願いしたいと思います。ありがとうございました。(匿名希望さん)

〒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
西川台1・岡山駅から徒歩10分
いけがみ歯科クリニック
(086)237-7731