

～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 4 月号 Vol.75



Good bye Perio プロジェクト

こんにちは

歯科衛生士の松本です。

みなさんは4月4日が歯周病予防デーというのを知っていますか？

歯周病の原因は歯と歯ぐきの境目に住んでいる「磨き残した歯垢(プラーク)＝歯ぐきバイ菌」です。

歯周病は様々な病気を誘発します。

心臓疾患、脳血管疾患、糖尿病、低体重児の出産など、怖い病気ばかりです

お口の中のバイ菌は気道や血液を通して全身を巡るのです。

お口の中を清潔に保つことは歯周病から歯を守るだけでなく全身疾患から体を守ることにつながるのですね

4月は歯周病予防月間として皆さんのお口が歯っぴーになりますように♪

桜

も咲いて、春本番！！

こんにちは。いけがみ歯科クリニック院長の池上誠です。4月になりましたね。各地で桜の便りが聞かれ、岡山市内でもいろんなところで桜の花を目にするようになり、いよいよ春本番という感じがしますね。4月と言えば、出会いのシーズンですよ。異動や転勤、あるいは入学や転校で、岡山へやってきた方もいらっしゃるのではないのでしょうか。街中では、おそらく新入社員さんだと思われるような若い人たちが、ぎこちないスーツ姿で歩いているのを見かけることがあります。その初々しい彼らを目にするたびに、社会人第一歩を岡山から始めているんだあと思い、頑張ってほしいなあとお応援したくなります。少し趣きが違いますが、この時期、黄色いカバーのついたランドセルを背負った小学一年生も、同じように応援したくなります。小さな体で、大きなランドセルを背負い、一生懸命に歩いている姿は、ほほえましくもあり、頼もしくも感じます。そんなフレッシュな人たちを目にする春です。自分はどうだったかなあなどと思い出しながら、気持ちを新たに皆さんの治療にあたらうと思ったのでした。

院長 池上 誠

噛み合わせのお話⑮～ストレスと噛み合わせ～

今回は、噛み合わせとストレスとの関係をお話しますね。歯並びが悪く噛み合わせに不具合があることで、それがストレスになるというケースはもちろんあるのですが、今回は、ストレスが原因で噛み合わせに影響するというお話です。現代社会のストレスは様々ですが、ストレスを感じる(リラックスできていない)と感じるときというのは、顔全体が中心へ向かいます。眉間にしわが寄ったり、唇を尖らせたりという状況です。歯でいうと、奥歯をずっと噛んだ状態です。リラックスはその逆で、眉が上がり、口は開いた状態になります。ストレスを感じる状態が続くと、知らず知らずのうちに、歯を食いしばっていたり、夜中に歯ぎしりをしてしまっていたりします。そのことが原因で、噛み合わせに不具合が出てきて、頭痛、肩こりが現れたりします。仕事や人間関係のストレスを感じてしまうこともあるでしょうが、噛み合わせという観点からも、適度な休憩をとり、意識的に顔の体操などをして、リラックスできる時間を持つことをお勧めします。

～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。

- 定期的な情報を発信してもらい、しっかりやってもらっているという印象と安心感を持ちました。(岡山市：40代会社員)
- 毎月もらえる「歯っぴい通信」が、楽しみです。(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