



Good bye Perio プロジェクト

こんにちは!
歯科衛生士の藤本です。

みなさんご存じですか?

歯周病は地球病と呼ばれています。

それはなぜかという、実は**全世界で最も患者が多い病気は歯周病**だからです。この事はあのギネスブックにも認定されているのです。

日本でも成人の**約80%**が歯周病にかかっていると言われています…。

歯周病は痛みなどの自覚症状が少なく、気づかないうちにかかり進行していくので、**歯を失う原因の第1位**ともされています。

大切な歯を失う前に定期的に歯科でチェックを受けて**地球病(歯周病)**を予防しましょう!



～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 28 年 2 月号 Vol.97

寒い冬が やってきました!!

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。先月のこのスペースに、「突然冷え込む日があったりするかもしれないので」と書いていましたが、突然冷え込むというより、市内でも雪の降るようなとんでもない寒い日がありましたね。沖縄で、観測史上初となる雪だったらしいですね。みなさんの家のまわりでは、いかがでしたか? 県内でも怪我や事故の報道がありました。大丈夫でしたか? 2月も寒いのかなあとか、また雪がふるのかなあなどと思っているのですが、なるべく早く暖かくなって欲しいです。とはいえ、まだまだ寒い日が続くそうなので、風邪やインフルエンザにはくれぐれもご注意ください。さて、そんな雪の報道の中、注目したいニュースがありました。日本人力士の大関・琴奨菊が、三横綱を破って初場所で優勝したことです。みなさん相撲に興味ありますか? 日本人力士の優勝は、なんと十年ぶりだそうです。さらに、琴奨菊が来場所もがんばってくれて横綱になるようなことになれば、貴乃花以来15年ぶりだそうです。日本の国技である相撲で、なかなか日本人が活躍できない状態が続いていたので、今後の活躍に期待したいです。みなさんには、今年注目の力士やスポーツ選手はいらっしゃいますか?

院長 池上 誠



噛み合わせのお話③7～寒さと噛み合わせのお話～

今回は、この寒い時期の噛み合わせやあご周辺のケアについて。寒い時期の寝起きは、寒くて体が縮こまっていますよね。あごの筋肉も同様に縮こまっているのです。しかも、寒くてカタカタ震えていたら、よけいに口周りに力が入り動きにくい状況になります。あごが動きにくいなあと感じたら、手で覆いマッサージするようにさすったり、ほっとタオルで温めたりしてあげると、口周りや顔の緊張も取れて、リラックスした状態で一日をスタートすることができますよ。

また、この時期の特徴として、寒さからくる緊張、寒さが理由で寝ている間に無意識に食いしばったり、歯ぎしりをしたりすることで、寝起きに筋肉が疲れたり、歯やあごが痛くなったりすることも。マッサージやホットタオルでも緊張が取れないようなときには、噛み合わせの不具合を少し調整するだけで、改善するケースもあります。心当たりがある、または寝起きに、あごがだるいなあ、顔や頭に違和感があるなあという方は、お気軽にご相談ください。

～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。

いわゆるがく関節症で、2年近く悩んで、半分あきらめていました。娘と先生とのご縁がきっかけで、歯並びに原因があるとわかり、いけがみ歯科に通うことになりました。歯並びを治療して頂くうちに、長年苦しんでいた偏頭痛や便秘も解消され、現在はとても快適な日々を過ごさせていただいています。思ってもいなかった治療によりおいしいものをいっぱい食べられるようになり、日々の生活もより元気なものになり、頑張っ通ってとてもよかったと思います。これからも口の中のことは、いけがみ歯科でお世話になろうと思っています。本当に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