



## Good bye Perio プロジェクト

こんにちは!

歯科衛生士の藤本です。

先月に続いて、歯周病が悪影響を及ぼす全身の疾患(病気)について!

- ①糖尿病
- ②心疾患
- ③早期低体重児出産
- ④認知症
- ⑤骨粗鬆症
- ⑥肺炎

### ②心疾患

歯周病菌は、歯周病が進行すると共に増殖し、口の中だけでなく、心臓に酸素や血液を運んでいる大事な血管を通して全身をめぐるしてしまいます。日本人の**死因第2位**とされている心疾患を予防するためには、**歯周病の予防も効果的**と言われています。歯周病の検査を受けてみませんか?



～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 30 年 8 月号 Vol.127

## 被災された方に心よりお見舞い申し上げます

こんにちは。いけがみ歯科クリニックの池上誠です。この度の西日本豪雨により、被災された方に心よりお見舞い申し上げます。また、お亡くなりになられた方のご冥福を心よりお祈り申し上げます。今回の豪雨ですが、今までにないくらい心が痛む災害になりました。報道では、倉敷市真備町が大きく報道されていますが、岡山市内、県内全域で、小さな土砂崩れは、いたるところで起こっているのが現状です。毎月このニュースレターを発行していますが、これほどの災害を身近に感じたことはありません。患者さんをはじめ、取り引き先の方の中に、被災した人がいるのでは?と気が気でない状態で何日かを過ごしました。これまで、国内での大きな災害がある度に、このニュースレターでも、いざというときに備えましようとして書いていましたが、「本当に来てしまった」という感じは否めません。西日本豪雨という名のとおり、今回の災害は広範囲にわたっています。岡山だけでなく、広島、愛媛なども甚大な被害を受けています。まずは、ライフラインの復旧。復旧の次に復興と進んでいくのでしょうか?と考えているところです。アイドルや野球選手が被災地を訪問しているといった華やかなニュースがある裏で、岡山・玉島・玉野の花火大会が、中止になったり延期になったりしています。豪雨の影響が、いろんなところに出ています。本格的な復興まで、できることをできる範囲でしていこうと思います。 院長 池上 誠



## 噛み合わせのお話⑥7 ～避難生活での歯のお手入れ～

今回は、噛み合わせのお話はお休みして、避難生活での歯のお手入れの話です。お知り合いの方で避難生活をしている方がいらっしゃったらお伝えください。まず、避難生活が始まると、食生活が変わります。チョコレートなどの高カロリーで食べやすい物を摂ります。少し糖分が多くなることを認識いただき、そのぶん歯のお手入れも必要になってくると思ってください。なので、水や歯ブラシなどが揃っている場合は、しっかり歯磨きをしてください。次に、水や歯ブラシがない場合です。①しっかり唾液をだすために、しっかり噛む。口を動かす体操をする。②歯ブラシがなくても布を指に巻き、歯磨きをする。③ミシン糸などを歯間ブラシとして使う。といったことを心掛けて、歯のお手入れをしてほしいと思います。手に入るようであれば、シュガーレスのガムなどを噛むのもいいと思います。今回の豪雨をきっかけに、ご家庭でも話しておくといいと思います。

## ～あなたの声を聞かせてください(患者さまの声)～

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

- ・ 時間をかけて丁寧に診てくれるのがよかった。
- ・ 初回のチョコレートが美味しかった。
- ・ スタッフの方の笑顔が印象的だった。
- ・ 説明が丁寧でよい。
- ・ 混んでいないので来院しやすい。(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  
● 西川治い・岡山駅から徒歩10分  
● いけがみ歯科クリニック  
● (086)237-7731