

今月のカレンダー

■休診 ■午後休診

まちだ歯科クリニック

診療時間 (木曜・日・祝日休診)

月・火・水・金 9:00-13:00 14:00-18:00

土曜 9:00-14:00

土曜日は13:30受付終了14:00まで診療

院長不在日 10日 12:30~15:15

19日(木) PM 21日(土)



月	火	水	木	金	土	日
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

ゆみこ歯科クリニック

診療時間 (日・祝日休診)

平日 9:00-12:30 14:00-18:00

木・土曜 9:00-12:30 午後休診

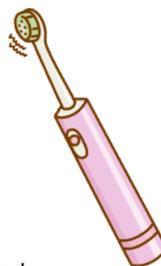
院長不在日 火曜午後、水曜訪問診療

7日・11日~16日・21日・28日・30日

月	火	水	木	金	土	日
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

まちだ歯科スタッフ通信

★電動歯ブラシの使い方★



●電動歯ブラシの使い方●

・動かさない

歯と歯ぐきの間に対したらあまり動かさないようにしましょう
 ヘッドの振動を利用して歯垢を除去してください

・角度に注意

少し斜めにあてるのがポイントです
 咬み合わせの面はまっすぐ当ててください
 前歯はブラシを立てにして丁寧に磨いて下さい

・歯間はフロスや歯間ブラシを

歯と歯の間は電動歯ブラシでも届かないので
 フロスや歯間ブラシを使用しましょう

●重要なのは磨き方の基本が出来ているかどうか！●

電動歯ブラシをきちんと使いこなすには**手磨きがきちんとしていて必要があります。**基本が無ければどんな高性能な歯ブラシを使っても十分な効果が得られないばかりか、逆にパワーの強い電動歯ブラシによって歯や歯ぐきを痛めてしまうことになりかねません。

衛生士さんに正しい磨き方を
 教えてもらいましょう



こんにちは。
 ゆみこ歯科クリニック副院長の折田です。
 令和2年が早くも3か月目に突入しました。
 今冬は暖冬といわれ、寒いのが苦手な私にとっては過ぎやすい冬となっています。
 現在、世界中でコロナウイルスの感染が拡大し様々な面で多大な影響が出ています。
 まずは手洗い・うがいの徹底といった基本的なことを確実にやっていくことが大切です。
 水洗いのみでも15秒しっかり洗えば残存ウイルス量は1%になります。

ハンドソープを使えばさらに一〇〇分の一以上に減らすことができます。
 私たちも出勤時の体温チェック・手指消毒院内の消毒の徹底・院内の喚起・マスク着用義務などできる限りの対策を行っております。
 口腔内の健康を維持し、ウイルスや細菌に立ち向かいましょう。
 早くコロナウイルスの問題が落ち着き、平穏な日常が戻ることに、皆様のご無事を祈っております。

折田 剛



Dr's MESSAGE



優和会
Staff Blog
随時更新中!!

先月の学び

●町田 宗一郎

医療対策委員会
ワイスメンズクラブ例会
マヤ暦セミナー
熊本市歯科医師会学術講演会 歯周治療セミナー



●町田 由美子

熊本県医療管理委員会
医療管理講演会打合せ
新型コロナ対策委員会
ワイスメンズクラブ例会
個性学講演会

●近藤 磨美

熊本県歯科医学大会 超高齢社会と義歯治療
歯周治療レベルアップアドバンスセミナー

●山田崇弘

歯科医師会のか強診に関わる研修会

●柿本鮎美・今村真理子・楠美由紀

熊本市歯科医師会学術講演会 歯周治療セミナー

啓蒙活動ご報告

町田 宗一郎
ささえりあ三和荘会議

町田由美子
ケアマネ主任者歯科講習会講師

田中 千愛
学校保健会議

ゆみこ歯科スタッフ通信

むし歯ではないのに、飲食物の酸などによって歯が溶ける「**酸蝕歯**」は、歯の着色や損耗によって、見た目や咬み合わせが悪くなったりするほか、放置していると歯の表面のエナメル質が溶けた部分から**むし歯になりやすくなる**という影響もあります。

酸蝕歯



酸蝕歯の原因となる
飲食物とpH

酸蝕歯の原因は、**飲食物などの酸に歯が長時間さらされる**ことです。

歯の表面のエナメル質は、pHの値が**5.5以下**になると、溶けやすくなります。酸性度の高い**かんきつ類、酢、炭酸飲料**などの飲食物を頻繁にとっている人は注意が必要です。また、**胃食道逆流症**などや**胃や食道の病気**、あるいは**暴飲暴食**といった生活習慣などで、胃酸が逆流する状態が続いていると、口の中が酸性に傾くため、酸蝕歯になりやすくなります。

酸蝕歯を予防するには？

- ・炭酸飲料などの酸性度の高い飲料を長時間口の中にためない。
- ・酸性度の高い飲食物を口にしたら水でうがいする。
- ・酸性度の高い飲食物を口にする回数を少なくする。
- ・唾液の分泌が少なくなるスポーツの後や就寝前は、酸性度の高い飲食物をさける。

★気になることがございましたらいつでもご相談下さい。

優和会 NEWS LETTER 内の文章・画像全て転記・転載不可。無断使用お断りいたします。

訪問診療部より

2月6日、ウェルパルクまもと1階大会議室にて開催された「第2回歯科医師と介護支援専門員の連携セミナー」にて講師を行いました。

講演内容は...『「食べる」を支える歯科医療
～知ろう 口腔環境と口腔機能～』

- ・オーラルフレイルからフレイルへ
- ・口腔機能と栄養摂取
- ・歯科訪問診療について
- ・嚥下のしくみ
- ・口腔機能評価
- ・義歯装着と食事についてなどです。



《ゆみこ先生講演の様子》

摂食嚥下、発声リハビリテーションにおける義歯調整と装置作製では、実際に、歯科訪問診療にて多職種と連携をとりながら、リハビリ内容を共有して取り組んだ症例をご紹介しますとお話させていただきました。

歯科訪問診療は、介護支援専門員(ケアマネジャー)の方を中心に多職種との連携がとても重要です！

最近、歯科訪問診療に関するご相談では、歯や義歯の痛みだけでなく、口腔環境の事・ムセや飲み込み・食事についてなどのご相談がとても多くなっています。

☆些細な事でも構いません、気になる事がございましたらお気軽にご相談ください☆

医療法人社団 優和会 保険医療機関・労災保険指定医療機関、バリアフリー化、施設内全面禁煙、熊本県ハートフルパス制度協力、歯科健康診査・妊婦歯科検診・歯の健康相談・患者満足度調査実施、歯科医師臨床研修施設、見学・実習生・インターシップ 随時受入れ中

お問い合わせ：machidadentalclinic@yahoo.co.jp