

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・日・祝日休診)
 平日 9:00-13:00 14:00-18:00
 土曜 9:00-14:00 (受付終了)
 院長不在 2/4(土)13:00~ 2/14・2/15午後
 2/27(月)終日



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					

ゆみこ歯科クリニック

診療時間 (木・日・祝日休診)
 平日 9:00-13:00 14:00-18:00
 土曜 9:00-13:00 午後休診
 院長不在日 第1火曜午後 水曜終日
 金曜日午前 訪問診療
 2/4(土)・2/28終日不在



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					

まちだ歯科スタッフ通信

・ 歯の着色の主な原因

原因1 ポリフェノールを多く含む食品
 (コーヒー・緑茶・赤ワイン・カレー・チョコレート等)

原因2 タバコに含まれるヤニ

歯の表面だけでなく歯茎の色素沈着の原因でもあり歯茎の黒ずみを引き起こします。

・ 着色汚れが落ちにくい原因

歯磨きだけでは着色を完璧に予防できない場合が多いです。それは単に汚れが付着しただけでなく、唾液中のタンパク質と結びついて歯の表面に付くからです。

・ 着色汚れを除去する方法

歯磨き粉だけですべての着色汚れを除去するのは難しいです。(着色の度合いにもよる)

また磨く圧が強すぎると、歯の表面、歯茎に負担がかかります。

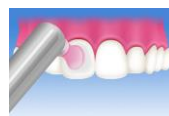
なので、歯科医院で行うクリーニング(PMTC)やエアフローなどが着色除去に効果的です。

PMTCは専用の器機とフッ化物入りの研磨剤を使って歯ブラシで落とせない着色、プラークを除去することができます。

エアフローは超微粒子パウダーと水を混ぜて吹き付けることで歯ブラシで落ちにくい着色を除去することができます

※自宅ケアでの注意点

ブラッシング圧が強すぎて歯の表面に傷ができると汚れが付着するため歯磨きを行う際は一本一本丁寧に毛先が曲がらないくらいの力加減で磨くことが大切です。



Dr.'s MESSAGE

日本は四季があり、季節ごとに風景や風、陽の光、自然の恵みを感じることが出来ます。近年の異常気象の影響で、春秋の移ろいを充分満喫はできませんが、それでも時期が来ると日の長さも変わり、冬は冬の寒さを実感します。物事を成し遂げたとき、努力が実を結びという表現をします。

ゆみこ歯科の理念に『地域社会に向けて、次世代へ受け継がれる健康観を根付かせるための情報発信の場を目指す』ということがあります。

地域の公民館やささえりあ等での啓発、講演活動はライフワークですが、先日、熊本城ホールで行われた「ハルニチ」で「歯科歯科連携の進化と挑戦」クチから物語がはじまる。

というシンポジウムの中で歯科医師会を代表して歯科医師会の取り組みを紹介する機会を頂きました。

日本の権威の先生方と今後の取り組みを含め話が出来たことで、道半ばの自身の取り組みを見つめ、方向性を再確認しました。

口の機能を維持し最期まで自分のクチから食べていけるための取り組みについて、自分の蒔いた種が開き、実を結び、地域に根差すまで、さらに進んでいきます。

歯を治すだけでなく歯医者として、これからもよろしく願っています。

町田 由美子

激励の花束をありがとうございました。





優和会
Staff Blog
随時更新中!!

先月の学び



●町田 宗一郎
インプラント周囲炎の対応策と予防策
ワイズメンズクラブ例会
医療対策委員会

●町田 由美子
県歯理学会
県歯地域保健II委員会
介護認定審査会
医科歯科連携会議
在宅歯科医療連携モデル事業会議
介護者歯科実技研修会
糖尿病一歯周病医療連携研修会
ワイズメンズクラブ例会

●外口 千愛
「本当に知りたいマウスピース矯正の基本
事項から最新テクニックまで一挙公開」

●折田 剛
歯周病対策プロジェクトセミナー
がん医科歯科連携講習会
歯周病検診事業説明会

啓蒙活動

ささえりあ三和荘会議
リハ栄養学会シンポジウム
上益城郡歯科医師会研修講師

記録的寒波の日の景色



ゆみこ歯科スタッフ通信

歯がしみる (冷たい水・熱いお湯)

冷たい水や熱いお湯に歯がしみることは
ありませんか? しみる原因、いくつか
考えられます。



【こんな場合が考えられます】

1. 冷たい水の場合は次のケースなどにおこります。
* 歯ぐきが下がって歯の根っこが露出したケース (知覚過敏症など)
* 詰め物などが取れたケース (2次う蝕など)
* 取れていなくても周囲にむし歯ができたケース (2次う蝕)
* 詰めたり被せたりしていても元のむし歯が深いケース (歯髄炎の疑いなど)

2. 熱いもので痛む場合は歯の神経が腐りかけたりして、
炎症を起こしてるケース (歯髄炎・歯根膜炎の疑いなど)

【こうしたら良いでしょう】

1. 歯磨きなどは、ぬるま湯が良いでしょう。早めに知覚過敏か診断してもらい、治療をうけましょう。
2. お湯でなく、冷たい水を使ってみましょう。一時的に症状が取れても治ったわけではないので、更にひどくなる危険があります。早めに治療を受けてください。



訪問診療部より

~口腔ケアはだれの為に?~



抵抗力や体力が落ちている人にとってお口の中の細菌は大敵です。

口腔内の細菌が誤嚥性肺炎の原因になるだけでなく血管障害・心臓病・糖尿病などの疾患を引き起こすこともわかっています。

要介護者のお世話をする介護者の方は、日々の介護に追われ、お口の中の異常に気づいた頃には、かなり悪化している事も少なくありません。

もしも、誤嚥性肺炎など全身の病気を併発したら、入院をしたり、看病にかかりっきりになってしまったりで、さらに介護者に大きな負担がかかることにもなりかねません。

もしかしたらその病気は、口腔ケアをすることで予防できるかもしれません。

口腔ケアは、本人のためになるだけではありません。食事を楽しむ事ができれば体力の向上にも繋がります。その結果、介護の量も軽減されるなど介護する側にとっても大きなメリットをもたらします。

口腔ケアをすることで
病気の予防につなげていきましょう!

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・インターンシップ 随時受入れ中