

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 3/11(土)・3/20(月)



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 (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
 3/11(土)・3/18(土)



※3/20(月)休診→振替3/16(木)診療

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

歯並びについて審美的な要素が大半を占めると言っても過言ではないですが機能的な要素の方が大きく、悪い歯並びを良くすることで
 お口や全身の健康維持・増進へとつながることをご存じですか？

▼審美性だけを追求した歯並びは健康に悪い？

見た目の良さだけを追求して歯の形や歯並びを整えたとき、そうした治療は噛み合わせを無視することで、短期間で完了させることができますが、上下の歯で適切に噛むことができません。その結果、歯列の一部分に極端な力が加わったり、顎に過剰な負担がかかったりすることで、さまざまな悪影響が生じます。

▼歯並び・噛み合わせを改善すると何が変わる？

適切な矯正治療によって、**歯並び**と**噛み合わせ**を改善することができます。以下に挙げるようなメリットが得られます。

◎そしゃく能率が上がる

硬い物や弾力の強いものなどを口にした際に、噛みにくさを感じているのであれば、矯正によって良い効果が得られることでしょう。歯列矯正で歯並び・噛み合わせが正常化されると、いろいろな性状の食べ物を効率よく噛めるようになります。それは食事が楽しくなることにもつながります

◎お口周りの筋肉が発達する

悪い歯並びはそしゃく能率が悪いことから、良く噛まずに飲み込む癖がつきます。それは胃や腸に大きな負担をかけることになります。また、そしゃく筋と呼ばれるお口周りの筋肉をあまり使わなくなり、見た目も老けてしまうというデメリットを伴います。よく噛むことは口元の若さも保ちやすくなります。

◎清掃性が向上する

デコボコの歯並びに悩まされている方は、その効果を実感しやすいです。歯垢や歯石がたまらなくなると、細菌の繁殖が抑えられ、虫歯・歯周病予防にも寄与します。

◎歯の寿命が延びる

不適切な位置で噛み合った歯並びは、経年的な摩耗や破折などが起こりやすいです。早期に歯を失う原因にもなり得ます。歯の延伸にもつながります。

◎笑顔に自信が持ててポジティブになれる

理想に近い歯列を手に入れることで、笑顔に自信が持てるようになります。長年のコンプレックスが解消され、人生に対して積極的になれる人が多いです。これもまた患者さまご自身の健康増進に大きく寄与することでしょう。



みなさんそれぞれのお口の状態に合った治療、ケアを心がけています。なんでもお声かけくださいね。

Dr.'s MESSAGE

まちだ歯科クリニックの外口です。
 今回は患者様からの疑問の中で、『子供の仕上げ磨きは何歳までするのか』についてお話ししたいと思います。
 仕上げ磨きは、虫歯から歯を守るために必要で乳歯や生えたばかりの永久歯は虫歯になりやすい状態です。
 永久歯が生えるのは6歳頃で6歳臼歯と前歯が生え変わり、12歳頃に12歳臼歯が生え全ての永久歯が揃います。
 つまり、12歳頃まで仕上げ磨きができる虫歯リスクを下げるのが出来ませんが、12歳までさせてくれる子は少ないかもしれませんが、12歳



外口 千愛



8歳頃までは仕上げ磨きをして、難しくなれば当院でのメンテナンスでチェックすることが大切になってきます。
 当院ではフッ素塗布や歯の溝を埋めて(シーラント)虫歯の予防処置をしております。小さい頃から口腔内が清潔だと大人になってからの虫歯や歯周病のリスクを下げることに繋がります。
 気になる方は気軽に聞かれます。
 また、私事になりますが、この度第一子を妊娠し、5月中旬より産休に入る予定です。復帰した際はまたよろしお願ひします。

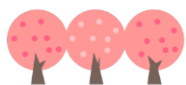


優和会
Staff Blog
随時更新中!!

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
～ニューヨーク大学から世界の常識まで～
ワイズメンズクラブ例会
医療対策委員会
歯科界の権威が語る最新のインプラント、
歯周再生療法（硬組織、軟組織）

●町田 由美子
日本歯科医師会地域保健会議
県歯理学会
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
災害歯科講演会
医療管理講演会
ワイズメンズクラブ例会



●折田 剛
CR II 級レベルアップセミナー

●松岡 輝
わかれば納得！日常臨床におけるコンボ
ジットレジン修復

★啓蒙活動★
ささえりあ研修会

熊本城マラソン



3年ぶり開催された熊本城マラソン！
記念すべき10回目の大会！
宗一郎先生、今年も走りました!!



ゆみこ歯科スタッフ通信

小児のシュガーコントロール

糖分の摂取をコントロールをすることで、虫歯菌の栄養になるものを少なくし、菌の繁殖を抑えることができます。口の環境を整えることで、虫歯になりにくい習慣を身につけましょう。

【注意したいおやつ】

①砂糖の量が多いもの

甘いおやつに気を使ってもジュースを飲んでしまったら台無し...。ジュースにも砂糖が多く入ります。水や麦茶など無糖の飲み物を選びましょう。

②口の中に長く留まりやすいもの

キャンディーなど長時間口の中に留まると虫歯発生率が高くなります。それはおやつのダラダラ食いにもつながります。決まった時間におやつを食べましょう。

③歯にくっつきやすいものは避ける

キャラメルやスナック菓子など食べかすが残ると②と同様、口の中に留まりやすくなります。



上記の内容を意識しておやつを与えていただければ、少しでも虫歯の発生を抑えることができます。もちろん、食後の歯磨き、デンタルフロスなどでの仕上げ磨きがとっても大切です。

訪問診療部より

高齢者のむし歯



むし歯は、歯垢(プラーク)に潜む細菌が作り出す酸によって歯の表面が溶かされ、歯髄へと進行していきます。糖分の摂取だけでなく、歯磨きの仕方や唾液量の不足など細菌の働きや繁殖を高める要因は多数あります。

歯の表面は硬いエナメル質に覆われて保護されています。しかし、高齢者ではエナメル質がすり減っていたり、歯ぐきが下がり歯の根元(歯根)が露出したりしてそこからむし歯に侵されやすくなっています。

放っておけば、歯の頭部がなくなった残根状態になります。痛みが全く無いこともあります。歯髄が化膿したり、腫れて痛みが出たりすることもあります。

エナメル質を突破したむし歯は一気に進行してしまうので、適切な口腔ケアでむし歯を予防するとともに、早期治療が大切です！

◆ むし歯になりやすい場所 ◆

- ・ 歯根面のむし歯／歯の根元が露出するのが原因。
- ・ 入れ歯のバネがかかっている歯／汚れが付きやすいので丁寧な清掃が大切。
- ・ 歯と歯の間、歯と歯ぐきの境目／高齢者は唾液の分泌量が減少しているのでより丁寧な清掃が必要。

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