

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 無し



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
 8/26 (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			

まちだ歯科スタッフ通信

歯石とは？

歯石について

歯石は磨き残した歯垢が唾液中のミネラルと結合して硬くなったものです。
 歯石そのものがむし歯の原因ではないですが歯石の表面に細菌が増殖することで虫歯や歯周病を引き起こします。

歯石の種類・特徴

歯肉縁上歯石	歯肉縁下歯石
・歯茎の上に見える	・歯茎の下に見える
・乳白色または灰白色	・黒褐色
・唾液によって石灰化	・歯茎からの出血が原因でできる
・縁下歯石より量が 多く 形成が 早い	・縁上歯石より量が 少ない
・縁下歯石より 柔らかい	・縁上歯石より かなり硬い
・ 歯肉炎 の原因になる	・ 歯周病 の原因になる

磨き方のポイント

歯石が付きにくくするには

- ①歯と歯茎の境目をブラッシングする。
- ②歯と歯の間にも汚れを取るためにフロスを通す。



歯石取りは検診・メンテナンスで実施できます。
 頻度としては1~3ヶ月が理想の為定期的に受診し適切な処置を受けることが重要です。



Dr.& MESSAGE

こんにちは。ゆみこ歯科クリニック勤務医の松岡輝です。
 大雨や厳しい暑さなど、天候が気にかかる季節がやってきました。年々激しさを増しているような気もしていますが、これに負けずに日々の臨床を一つ一つ丁寧にこなしていこうと考えています。
 熱中症対策といえど水分・塩分補給が一般的ですが、外出する前、つまり朝ご飯を食べることも予防手段となっています。



松岡輝

緊急搬送された方が多くが朝食を食べていないことが指摘されています。
 飲み物だけでなく、食物からの水分や電解質の補給がそれだけ重要というところでですね。
 お口の健康はもちろん、体の健康もしっかり保ちながら夏本番を迎えましょう！





優和会
Staff Blog
随時更新中!!

先月の学び

●町田 宗一郎

狭窄骨を攻略する3つの方法
予防歯科シンポジウム&勉強会サミット
ワイズメンズクラブ例会
医療対策委員会
徳山暉純先生セミナー

●町田 由美子

熊本県歯科医師会理事会
県歯地域包括ケア委員会
介護認定審査会
熊本県歯科医師会臨時代議員会
介護支援専門員との連携会議
九州老年歯科フォーラム会議
西区医科歯科の会
ワイズメンズクラブ例会
天明中学校保健委員会



啓蒙活動

ひまわり保育園歯科検診

お盆休みのお知らせ

8/11(金)~8/15(火)



お問い合わせ: machidentalclinic@yahoo.co.jp

ゆみこ歯科スタッフ通信



~ホワイトニング~



マスクを外す機会が増えてきました。マスクを外した時、歯の着色が気になりませんか？

そんな時は…ホワイトニング

歯が白くなるだけで見た目の印象が大きく変わります！

歯科医院で行うオフィスホワイトニングとご自宅で行うホームホワイトニングの2種類があります。

オフィスホワイトニングは、歯科医院で高濃度の薬液を使って、短時間で歯を白くすることが出来ます。
1回90分、回数はカウンセリング後、決めていきます。

ホームホワイトニングは、歯の型を取って、マウスピースを作り、その中にホワイトニング剤を入れて、ご自宅ですることが出来ます。1回2時間を目安に装着してもらいます。



ホワイトニングする前にカウンセリングと事前のクリーニングが必要となります。
気になる方は、お気軽にスタッフにお尋ねください。

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。

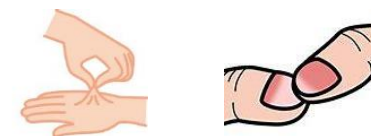
訪問診療部より



高齢者の脱水症対策！
「脱水症チェック」で早めの対処を！

脱水症は、水分が不足しがちな高齢者が気をつけたい症状の一つ。本人も周囲も気づかない事が多く、気づかずに脱水状態に陥る事を「かくれ脱水」と言います。初期段階で正しい処置を行わないと、重症化して命にかかわる事があるので、早めに気づき早めに対処する事が大切です！

~脱水症チェック~



・手の甲をつまむ

3秒で元に戻らない場合は脱水症の疑いがあります。

・舌の状態

舌の表面が赤黒く乾いた状態になり、舌の表面が割れていたら、特に要注意です。

・親指の爪を押す

親指の爪を押して3秒で赤みが戻らない場合は脱水症の疑いがあります。

・手足の温度

水分が不足すると血流が悪くなり、指先が冷たくなるので注意が必要です。

・ワキが湿っているか

脱水症になると湿り気がなくなります。乾燥している場合は、注意が必要です。



脱水症は、少しの事に気をつけるだけで防ぐ事ができます。高齢者の脱水症を防ぐには、周囲のサポートが必要不可欠です！！

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け入れ中