

# おざわ歯科医院

## デンタルニュース

# DENTAL NEWS

# 2011年

# 10月号

ハロウィンのカボチャがなぜ「ジャック」とよばれるかご存知ですか？昔ジャックというケチでずるい男が居ました。ある時ジャックは悪魔に出会い魂を取られそうになります、しかしジャックは意地悪な方法で悪魔をだまし、二度と魂を取らないよう約束をしました。それから何年も経ち、ジャックは年を取り死にました。生前の悪事の為、天国にはいきません。仕方なく地獄の門へ行くと、あの時の悪魔に『約束だからお前の魂は取れない。』といわれてしまいました。結局地獄にも入れなくななくなったジャックは、悪魔に火の玉をもらい、その火の玉が消えないように、カブをくりぬいてちょうちんを作りました。ジャックは生前の罪を償うために、行く当てもなくこの世とあの世の暗い道をさまよい続けることになったのです。この話から「Jack-o'-Lantern(ちょうちんのジャック)」と呼ばれ、呪われた靈魂の代名詞にもなったとか！？食べ物が美味しい秋、『ジャック・オ・ランタン』の歯みたいにスカスカのくりぬいたような歯にならないよう食後は必ず歯を磨きましょうね！

おざわ歯科医院からのお知らせ



食後の歯磨きを忘れずにしよう！



### 10月のお休み

10月 8日(土)	一日休診
10日(月)	一日休診
12日(水)	AM 診療 PM 矯正
19日(水)	一日休診
20日(木)	PM 矯正相談
26日(水)	一日休診

### 11月のお休み

11月 3日(木)	一日休診
9日(水)	AM 休診 PM 矯正
16日(水)	一日休診
17日(木)	PM 矯正相談
23日(水)	一日休診
30日(水)	一日休診

# 歯みがきについて

## 歯ブラシの選び方

歯ブラシにはいろいろな種類のものがあります。毛は軟らかいものの方が歯面にしっかり当たります。また、ヘッドは小さめのもの、毛先はテーパード加工がお勧めです。歯間ブラシやワンタフトなど、磨きにくいところ用の歯ブラシもあります。当院で、お口の状態に合う歯ブラシを相談してくださいね。また、歯ブラシは1～2ヶ月で交換しましょう。



## 歯ブラシの持ち方

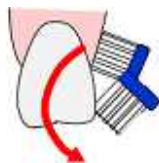
力を入れてゴシゴシと磨くのは、歯が擦り減ったり、奥まで歯ブラシがとどかず、歯垢がきちんと取れなかったりします。歯ブラシは、**ペングリップ**といってお箸やペンを持つようなイメージで軽く握りましょう。この持ち方をすると、力が入りすぎず、細かな動きで歯を磨くことができます。歯磨きでは歯石やヤニは落ちませんので、無理に落とそうとせず来院してくださいね。



## みがき方の種類

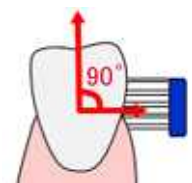
### ローリング法

歯ぐきから歯の先端に向かって歯垢をかき出すようにブラシを回転させます。歯垢をかき出すと共に、歯ぐきに当ててブラッシングすることで歯ぐきのマッサージになり、血行を促進する効果もあります。



### スクラッピング法

歯ブラシの毛先を歯に直角にあてて、小刻みに左右に動かす磨き方です。歯の表面に付着したプラークを除去するのに有効です。



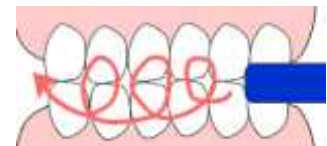
### パス法

歯ブラシを歯に対して45度の角度で毛先を歯肉と歯の境目に毛先を入れるようにして当てます。毛先を軽く当てたまま、微動させて磨きます。1mm程度の動きで磨くと、歯と歯の間の汚れがよく取れます。



### フォーンズ法

歯の表面にブラシを直角に当て、円を描くようにくると磨きます。歯の表面をまんべんなく磨くことができ、つるつるになります。



## いつ、どのくらい磨けばいいの？

歯磨きは食後30分以内に磨くのがもっとも効果的です。また、お口のなかの汚れを取るためには最低でも3分は必要です。まだ歯磨きが苦手な小さいお子さんなどは、歯垢染め出し液でチェックするのもおすすめです。ただし、どんなに上手に歯磨きをしても見えないところに歯垢や歯石が溜まり、むし歯や歯周病の原因になります。3～4カ月に1度は来院して、プロの手できれいに除去してもらってくださいね！



# おざわ歯科医院

<http://www.ozawa-dental-clinic.com>



## デンタルCTが入りました

おざわ歯科医院では10月1日から 優れた画像クオリティと体に優しいドイツの

シロナ社製の歯科用CTオーソフォス(ORTHOPHS)3D という

日常臨床における専門性が高い診断機器を新しく導入いたしました。

歯科用CTを完備することで、精密な検査で安全安心の治療を受けることが

可能になります。また、このCTの3次元撮影により、正確な治療計画を立てることができるようになりました。

矯正科では、セファロレントゲンとして、また一般歯科治療

ではパノラマレントゲンとしても利用できます。顎関節や、

顎の骨折、腫瘍や歯根のう歯。また、埋伏歯や 親知らずなどの診断や処置などの対応できます。また耳鼻科領域と歯科

との境界部分における診断にも利用できます。

インプラント治療の診断やシュミレーション、術後の確認などいろいろ用途があります。

安全な手術には、今後欠かせない医療機器となります。

CT撮影は、完全予約制です。詳細はスタッフまでお問い合わせくださいませ。



平塚総合歯科センター