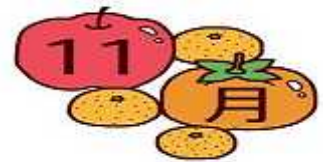


おざわ歯科医院

デンタルニュース

DENTAL NEWS

2011年



秋を代表するフルーツといえば「柿」！柿の果肉についている黒い斑点の正体、何かご存知ですか？もともと柿は全て渋柿です。この渋みの正体は、お茶にも含まれている「タンニン」という渋み成分。タンニンは水溶性なので食べると唾液に溶け、とても渋く感じるのです。では甘柿はなぜ甘いのでしょうか？それは、種から出たホルモンが、アセトアルデヒドという成分の生成を促進させ、それがタンニンと結びついて黒い物質に変わり、渋みを閉じ込めているからです。なんだか難しいけど、要は**柿の黒い斑点の正体は固まったタンニン**！すなわち柿は黒ければ黒いほど甘いのだそうです。「なーんだ安心した。じゃあもっと柿を食べよう！」とおもった方に朗報です。なんと柿には口臭予防効果があるのです。カキのタンニンによる消臭効果はお茶の約7倍！食欲の秋、デザートには柿を食べるといいかもしれませんね。そして、食べ過ぎた後には歯磨きをお忘れなく。11月8日は「いい歯の日」です。この機会に虫歯予防を見直してみましよう！

おざわ歯科クリニックからのお知らせ



食後の歯磨きを忘れずにしよう！



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**

12月のお休み

12月 7日(水) AM休診 PM矯正

14日(水) **一日休診**

15日(木) PM 矯正相談

23日(金) **一日休診**

30日(金) **一日休診**

31日(土) **一日休診**

フッ素で上手にむし歯を予防しよう！

フッ素ってなに？

フッ素とは、自然環境の中にある元素のひとつで、土壌、海水中はもとより、土壌で育つ野菜や果物、海中で暮らす魚介類や海藻類など様々なものに含まれています。

フッ素にはどのような効果があるの？

- ・ 歯を強化（エナメル質の結晶構造を強化）し、虫歯になりにくくする。
- ・ 虫歯になりかけた部分の自然修復（再石灰化）を促進する。
- ・ 抗菌作用、抗酵素作用により虫歯菌の活動を抑制する。



妊婦さん

赤ちゃんの口にはミュータンス菌などむし歯の原因菌はいません。お母さんの口移しで食べ物をあげ際に移ってしまうのです。困るのは、お孫さんが可愛いおじいちゃんやおばあちゃん。孫に噛んで柔らかくした食べ物をあげないようお願いしておきましょう。これは犬などペットにも同じですよ。

子供

生えたての永久歯は、やわらかくて弱いので、むし歯になりやすい状態にあります。フッ素を継続的に使用し、歯を丈夫に育てましょう。

大人

中年になると、歯周病が進行したり、歯軋りによる知覚過敏が起きたり、歯ぐきがやせ、歯と歯の間が広がり虫歯ができてしまったりします。そんな時にもフッ素が有効です。

お年寄り

歯周病の進行と共に歯ぐきが痩せ、歯の根元のセメント質が露出しやすくなります。エナメル質に比べ、むし歯になりやすい箇所なので、フッ素でしっかり予防しましょう。

どのようにフッ素を取り入れる？

1、歯科医院でフッ素を塗布する

歯科医院で歯に高濃度のフッ素を塗布する方法です。歯科医院で使われるフッ素歯面塗布剤は、歯みがき剤の約10倍（9000ppm）という高濃度のもので、十分な効果を得るためには、歯科医院で年3～4回塗布を行う必要があります。詳しくは受付にご相談ください。

2、フッ素配合歯磨き剤を使用する

市販されているフッ素配合の歯磨き剤を使用します。現在では殆どの歯磨き剤にフッ素が入っているので知らないうちに使用していると思います。歯みがき後に口をすすぎ過ぎないのがポイントです。

3、フッ素うがい

むし歯予防効果は3つのうちで一番高い方法です。毎日寝る前にフッ素入りの洗口剤でうがいをします。歯科医院で販売している医薬品の洗口剤を使用して下さい。詳しくは受付にご相談ください。



おざわ歯科医院

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





11月8日はいい歯の日



当院では、皆さまに快適な生活を送って頂けるよう
お口の中の予防のお手伝いをさせていただいております。

担当衛生士が、PMTC 専用個室にて患者様おひとり、おひとりにあったやさしく丁寧なクリーニング、また、美しく健康な歯を維持し、むし歯や歯周病を予防するための、専門的な提案やアドバイスをさせていただきます。セルフケアでは落とすことのできないバイオフィルム(細菌の層)を破壊するプロフェッショナルな歯のクリーニングです。定期的なメンテナンスを継続し、心身ともに健康な生活を過ごせますようお手伝いさせていただきます。

プライベート クリーニング

最近では歯周病の原因である菌を特定し、薬でその菌を退治することができるようになりました。この治療方法は最新式で『顕微鏡を使った歯周内科治療』です。きちんと菌をコントロールすれば歯周病はお口の中から消えていくのです。痛みを伴う麻酔や、歯茎が切開を必要としない患者さまにとって優しい治療です。

歯周内科

一見、きれいに見えるお口の中でも、きちんと調べてみると、様々な細菌がひそんでいます。また、お口の中だけでなく、日常の歯磨きや生活習慣を見直してみると、案外自分では気付かないところに、落とし穴があるものです。そこで、唾液の分泌量やその能力、お口の中に潜む細菌を調べ、また、生活習慣・食習慣なども考慮しながら、新たに虫歯になり得るリスクを数値として明確にします。

唾液検査

歯医者さんは痛くなったら行くものだと思いませんか？欧米ではそうなる前に防ごうという予防の概念がすでに定着しています。その理由として虫歯が出来てから通うと治療をしないではいけません。定期的にチェックをしておけば、その都度確認が行えるので大事に至らずに済みます。当院の患者様はその概念を実践していただけるよう私達はお手伝いさせていただきたいと考えております。

定期検診

詳しくはスタッフまでお問い合わせくださいませ。

おざわ
歯科

