

5月1日から元号が「令和」に代わり、新天皇が即位されます。「令和」は、645年に付けられた最初の元号「大化」から数えて248個目の元号だそうです。現在では天皇ひとりにつき一つの元号である「一元一世」ですが、明治時代より前は天皇在位の途中でも、天災があったときや、縁起の良い動物が見つかった時などに改められていたといえます。

これまで元号は古い中国の書物の一節などを元に考案されてきましたが、新元号の「令和」は、万葉集の「梅花の歌三十二首」の一説、「初春の令月にして、気淑く風和らぎ、梅は鏡前の粉を披き、蘭は珮後の香を薫らす」からとられたものだそうです。この詩の訳は、「初春の良き月夜、空気は澄み風は和らぎ、梅の花は美女が鏡の前で白粉を装うように花を開き、蘭の花の香りは身を飾った衣に香りを移したような匂いである」という意味で、『人々が美しく心を寄せ合う中で文化が生まれ育つ』という希望が込められているそうです。英訳は“beautiful harmony “だとか。素敵ですね。

新しい時代の幕開けに、お口の中も綺麗に掃除をして、心機一転爽やかに迎えませんか？

5月のお知らせ

ゴールデンウィーク診療日について  
4/30・5/1・2は診療します。

日	月	火	水	木	金	土
28	29	30	1	2	3	4
5	6					



歯周病治療のメンテナンスも治療の一部です。  
虫歯予防と早期発見のためにも、定期検診を受けましょう。

口腔内には700種類以上の細菌が住みついているといわれています。「歯周病菌」もその一つですが、最近では心筋梗塞や糖尿病の一因として注目されています。

歯茎の炎症が起こって歯周病菌が血液中に入ると、血流に乗って全身に流れ、血管内で炎症や血栓などを引き起こします。歯周病予防は歯の問題だけでなく、全身病予防につながります。歯茎の腫れや炎症は歯磨きの仕方や柔らかめの歯ブラシで、歯茎をマッサージするように磨きましょう。当院ではそのリスクを極力減らすために、歯周内科治療をご提案しております。

歯周病菌は、心筋梗塞や糖尿病の一因にも、  
早めに休息を取り、歯茎をマッサージしましょう。

## 赤ちゃんの虫歯菌感染予防に大人ができること

天使のように可愛らしい赤ちゃん。思わずすりすりと頬ずりをし、フワフワのほっぺにチューしたくなってしまいますよね。しかしその習慣によって、赤ちゃんに虫歯菌が移ってしまうと耳にしたことのある方は多いのではないのでしょうか？「赤ちゃんへのチューを禁止していたのに、パパがしてしまった！」「おじいちゃんやおばあちゃんが孫へ食べ移してしまうのではと心配」など、神経質になってしまうママも多いようです。



### ★虫歯菌はどこから感染する？

生まれたばかりの赤ちゃんのお口の中には虫歯菌はいません。虫歯菌は、ママをはじめとした周りの大人の唾液から感染します。1歳半～2歳7ヶ月の間に集中して感染することが分かっており、この時期を「感染の窓」と呼びます。感染の窓の時期の赤ちゃんの歯は柔らかく弱いので、虫歯に罹りやすく、またとても進行しやすいので予防が大切なのです。この時期を過ぎると、お口の状態も安定してくるので虫歯菌への感染リスクは減少してきます。

では、どうすれば赤ちゃんへの虫歯菌を防げるのでしょうか？キスを禁止したり赤ちゃんが使う食器を分けたり、熱い食べ物をフーフーと息を吹きかけて冷ますのを控えても、咳やくしゃみをすれば唾液の飛沫から感染してしまいます。つまり、日常の生活の中で、虫歯菌の感染リスクを排除するのは不可能に近いのです。

### ★一番大切なのは大人がお口のケアを徹底すること

赤ちゃんが無菌のまま育つのは不可能です。大切な赤ちゃんのためなので「キスはだめ！」「虫歯菌が移るかもしれないから、頬ずりは禁止！」などあまりに神経質になると、赤ちゃんとの大切なスキンシップの機会が失われてしまう可能性もあります。

しかし、赤ちゃんと接する大人達の口の中の細菌の数を減らしておけば、赤ちゃんともスキンシップをしても感染リスクは格段に下がります。

最も効果的なのは、赤ちゃんとふれあう大人側のお口のケアを徹底し、虫歯菌の数を減らす努力をすることです。常に赤ちゃんと接する両親だけでなく、兄弟やおじいちゃんおばあちゃんも、家族全員でお口のケアをし、大切な赤ちゃんのお口を虫歯から守りましょう。

#### 赤ちゃん虫歯菌感染予防のために出来る事

1. 赤ちゃんへの食べ物の口移しは避ける。
2. 大人が使った食器は使わない、使わせない。
3. 大人達が自分達の虫歯を徹底的に治す。
4. 毎日の歯磨き、フロスを徹底する。
5. 日頃のお口ケアの他に、定期的に歯医者さんで専門的な口腔ケアを受ける。



おざわ歯科医院

おざわ  
歯科