



地域一番の歯科医院を目指しています。

86号

山本歯科医院通信 ～「おだいじに」～

この「おだいじに」では最新の歯科の話題や、皆さんが普段疑問を持たれている事柄等についての情報を提供したいと思っております。こんなこと聞いてみたいな、あれってどうなんだろう？そんなことがあればどんどんリクエストしてください。

2017年7月号



安全なホワイトニング(歯の漂白)は歯科医院で

最近、セルフホワイトニングを行う店(医療機関でない)などが女性誌などで取り上げられるようになってきました。これは、歯を白くする漂白剤を「自分」で歯に塗り、LEDのライトをあてて白くするという方法です。ご自分の歯に興味を持ってくれるというのは我々にとっても嬉しいことですし、美容の時流に乗ってビジネスとしては成長しているようです。しかし、セルフホワイトニングに効果があるのか、そしてリスクや危険性がないのか。という疑問がわいてきます。



セルフホワイトニングとは？

セルフホワイトニングとは「自分」で漂白剤を歯に塗るのが特徴です。まず、口の中を歯ブラシで磨き、独自で開発した漂白剤を歯に塗って、自分でLEDのライトをあてます。

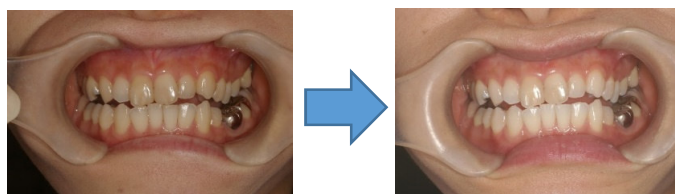
お店自体も歯科医院ではなく、エステ店のような店舗で行ないます。

このとき、虫歯やヒビがある歯、冠が被っている歯、歯石の付着のある歯などはしてはいけませんが、歯科医師や歯科衛生士が在籍していないので、そのチェックが全く不可能になってしまいます。

信頼できる本当のホワイトニング選びとは

信頼できる本当のホワイトニングとは、**ホワイトニングの経験が豊富な歯科医院**で施術を受けることと考えています。

もちろん、最終的にはそれぞれの患者さん方の選択になってきますので、私は完全否定はしませんが、歯の色や質は人それぞれ異なるので、全ての人に画一的なやり方はありません。個人差を加味し、ホワイトニングの照射時間や濃度、ホームホワイトニングとの組み合わせなどを経験から検討して行なうのが最も効果的な方法と考えます。



オフィスホワイトニング2回施行

今回の裏面の担当はと毛利理乃(左)と村瀬遥(右)です。彼女たちスタッフも皆頑張っています。



詳しい冊子が待合室にあります(無料)。

山本歯科医院 tel 0587-33-0570 fax 0587-33-0571

<http://yamamoto-dc.racoo.co.jp/>

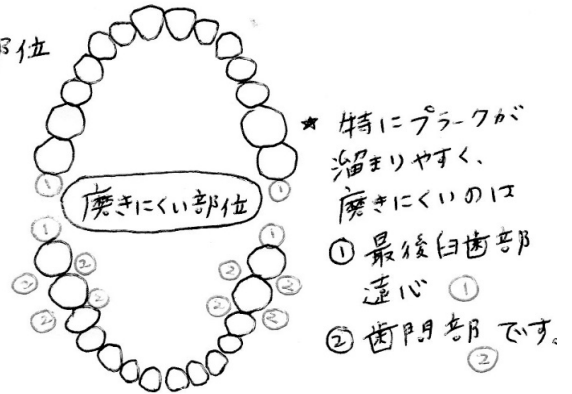
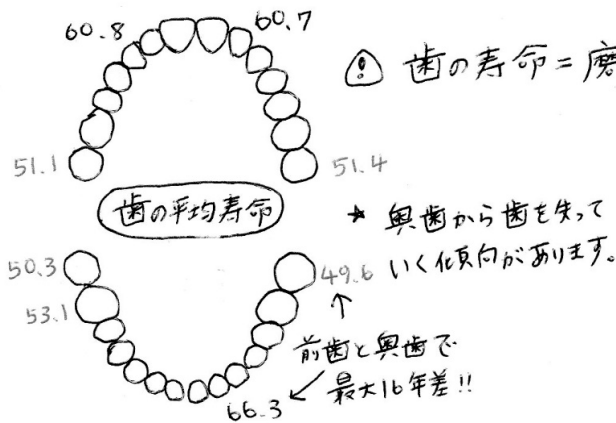
★知っておきたい歯の寿命★

担当: 毛利

歯の平均寿命(歯が生えてから失うまでの年数)は前歯と奥歯で最大16年もの差があります。日本人の平均寿命と比べても歯の寿命は短く、特に奥歯は早く失われてしまいます。

☺ 歯を失う原因は! ? → 生活習慣病である「むし歯」と「歯周病」です。

むし歯や歯周病の原因はプラーク(歯垢)です。特に奥歯や歯と歯の間はプラークが溜まりやすく、また歯ブラシで磨きにくい部分なのです。



簡単!! ブルーベリーマフィン

- ★ 材料 ★
- ・ フォリン (67g 約2個)
 - ・ サラダ油 (大さじ1)
 - ・ ホットケーキミックス (100g)
 - ・ 冷凍ブルーベリー (16粒)
 - ・ クリームチーズ (2個)

- ① ボウルにフォリンを入れて泡立て器で混ぜます
- ② ①にホットケーキミックスと油を入れて更に混ぜます
- ③ 生地をベーキングカップにカレースポン(杯ずつ)流しブルーベリー2粒とクリームチーズ1/2ずつ生地に押し込みます。
残りの生地を均等に流し、上にもブルーベリー2粒ずつ散らします。
- ④ 180~190℃に温めたオーブンで15分焼きます
(トースターでも15分)