



地域一番の歯科医院を目指しています。

102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、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。バックナンバーも受付にあります。

2020年3月号



### 体調管理に起床後・朝食前の歯磨きを

～私自身のお気に入りの「マスチックデンタルリンスジェル」は天然成分のギリシャのヒオス島で採れた樹液(マスチック)を配合したハミガキ剤です。～

#### ～院長談～

私(院長)はここ10年ほどインフルエンザに感染したり、ほぼ風邪をひいた記憶がありません。もちろん運動などもして健康にも配慮はしておりますが、「起床後・朝食前の歯磨き」も一助になっているかと考えるようになってきました。

出来れば「起きてすぐ」の歯みがきがオススメです。細菌は夜寝ている間繁殖するので、起きてすぐは1日の中で最も細菌が繁殖している状態。これは、お口の中を洗浄する働きのある唾液が睡眠中に減ってしまうためです。朝の起きた時に気になる口臭やネバつきは、細菌によるもの。

ですから、起きてすぐ歯みがきせず、そのまま飲んだり食べたりすると寝ている間に繁殖した細菌を、そのまま体内に入れてしまうことになってしまいます。

お口で繁殖した雑菌を飲み込んでしまうと、雑菌が腸内環境を乱してしまいます。そして、腸内環境が乱れると、大切な免疫力の働きがきちんと働かなくなってしまう、風邪やインフルエンザなど、健康状態にもよくない影響が出てしまう可能性も。

歯磨きの役割は、虫歯を避けることだけではなく、身体への入口であるお口を守る役割もあります。ですから、朝の歯みがきは「起きてすぐ」がおすすめなのです。

私自身の歯磨きには抗菌力の高い「マスチックデンタルリンスジェル」を併用しているのも効果大と思っています。ピロリ菌、口の中のカビや歯周病菌に特異的にはたらき、抗菌力を発揮してくれるのです。含有されている「マスチック」、「D-100」などは高い抗菌作用を示します。

普段お使いの歯磨剤と一緒に使って磨いてください。うがいした後のツルツル感が全然違います。継続して使用することが効果的だと思います。歯周病・口臭対策にもバッチリ！高価ですが1本で約1か月以上は使用できると思います。

もう僕はコレがないと歯磨き後の満足感が得られません。15年以上当医院のベストセラー商品でコレだけ購入しに来る方も多くおられます。



1本で約1か月分  
当院販売  
1800円(税別)

今回の裏面の担当はと不破先生(左)と森田さん(右)です。彼女たちスタッフも皆頑張っています。



院内新聞は紙でアナログですが、山本歯科医院はホームページから24時間イン

ターネット(WEB)予約も受け付けております(PC・スマホ)。

もちろん、お電話による診察予約は今でも通じることができます。

WEB上では診察予約が空いている時間帯もわかりますので便利だと思います。新規初診・再初診・定期検診の患者さまが対象になります。(現在治療中の患者さまの予約変更などはお電話で承っております。)

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

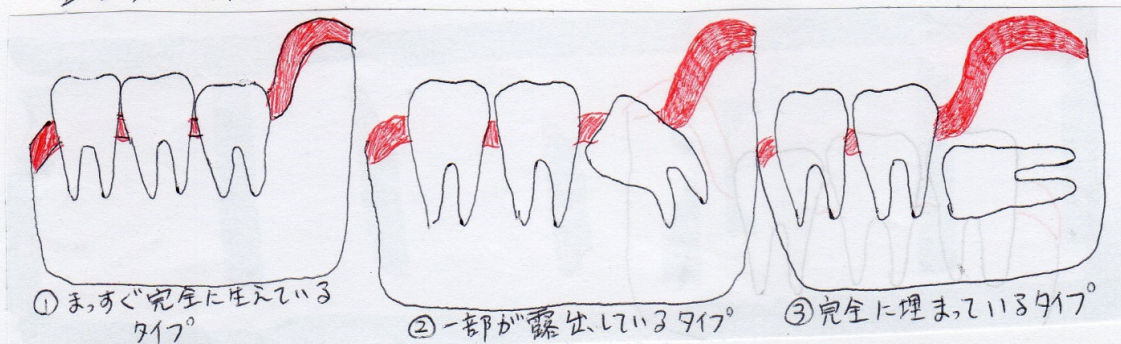
<http://yamamoto-dc.racoo.co.jp/>



こんにちは歯科医師の不破です。

今日は親知らずについてお話ししましょう。

親知らずというのは真ん中の歯から数えて8番目の歯になります。  
親知らずを抜いた方が良いのかと聞かれる事があります。それは親知らずの  
生え方や状態によります。



①の状態でも虫歯になっていないのであれば残しておいても良いと思います。

③の状態でも悪くしないのであれば残しておいても良いと思います。

問題は②のタイプです。この状態では虫歯や歯茎が腫れるリスクが  
高いため抜いた方が多い場合が多いです。

親知らずが虫歯になってしまったら抜いても良いと思うのですが、その手前の歯が  
虫歯になってしまうのはすごくもったいないです。虫歯の位置によっては保存が困難  
な場合があります。こういう事を防ぐためにも親知らずについてなにか聞きたい  
事がありましたら気軽に御相談してください。

はじめまして！

7月から山本歯科医院で

働いています。

歯科衛生士の森田です。

皆様が気軽に

来られるよう、

笑顔で頑張ります。

