



地域一番の歯科医院を目指しています。

130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

2024年11月号



歯ぎしりや食いしばりを放置していませんか？

「歯ぎしりやくいしばり」とは、無意識に歯を強く噛み合わせたり、擦り合わせたりすることです。特に寝ている間に起こることが多く、顎や歯に強い力がかかります。

起床時の原因不明の頭痛や倦怠感も出現します。これにより、歯がすり減ったり、顎が痛んだり、肩こりや頭痛を引き起こすこともあります。ストレスや噛み合わせの問題が原因になることが多いです。

※一般的な治療方法

マウスピース(ナイトガード)⇒当医院で作製できます。たくさんの患者様が使用しています。

寝ている間の歯ぎしりやくいしばりを防ぐために、歯に装着する特別なマウスピースです。これにより歯や顎関節にかかる負担を軽減できます。

【ポイント】◎歯を保護する、◎顎・筋肉への負担を減らす、◎オーダーメイドで作ることが多い(5～6000円ほど)



歯科医院で出来る
ボツリヌス治療



歯ぎしり・食いしばり改善症例



Before After

ご不明な点はお気軽にスタッフまでお問い合わせください。

※山本歯科医院ならではの歯ぎしり・くいしばり治療法

「咬筋部へのボツリヌス治療」

山本歯科医院では、2003年の開院以降これまで多くの患者様が「歯ぎしり・くいしばり」に悩んでいるのをみてきました。その治療方法としてマウスピース(ナイトガード)を積極的に使用してきましたが、より効果的な治療法として「咬筋部へのボツリヌス治療」を新たに導入することとしました。

山本歯科医院インスタグラム
始めました(^^)/

ボツリヌス治療は、咬筋(噛む筋肉)の過剰な緊張を緩和し、歯ぎしりやくいしばりによる歯や顎へのダメージを軽減する効果があります。

- ・顔面の咬筋部に片側5か所、左右で10か所注射します。
- ・極細の針で注射しますので、さほど痛みは感じません。
- ・ボツリヌス治療は自費診療となります。費用は左右両側合わせて1回の注射で¥30,000(税別)です。

お悩みの方はぜひお気軽にご相談ください。山本歯科医院は患者様の健康に貢献し、快適な生活のサポートをさせていただきたいと思っております。

今回の裏面の担当はと浅見(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。



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

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

ト 詳細を
は お記
お 念
気 な
軽 方
に 法
受 パ
付 フ
ま 費
で 用
レ など
ッ

山本歯科医院通信～「おだいじに」～
別冊号 8 2024.10 初版

歯ぎしり・くいしばりは早期に対応しておきたいです
～自分の歯を長持ちさせるために～



〒422-0243 静岡県沼津市下町 5-28
山本歯科医院
TEL 0587-33-0570
FAX 0587-33-0571
山本歯科医院 院長 山本 浩一

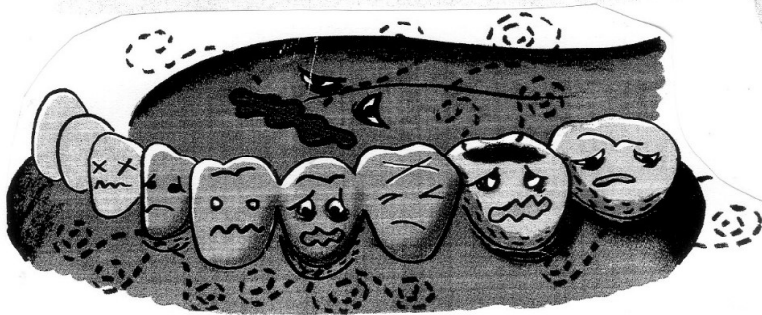
あなたは大丈夫? お口のなかのにおいの元

不快な口臭の原因として疑われるのは、胃腸よりも、まずはお口の病気や汚れです。
気になることがあったら今日の受診で相談しましょう!



歯周病になっている 歯周ポケット

●歯周病が進行し、歯と歯ぐきの境い目が深くなってできる歯周ポケット。歯周病になっていると、このなかにはプラークや歯石のほか、歯ぐきの死んだ細胞(老廃物)や血液、体液(歯ぐきの溝からの滲出液)、細菌の代謝物(排泄物)が溜まり強いにおいを発します。
●歯周ポケットのなかのクリーニングは歯科でしかできません。歯周病は早めに治療を。



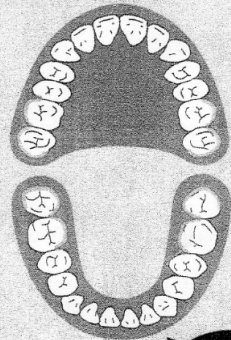
溜まったプラーク

●みがき残されて溜まったプラークは、むし歯や歯周病の原因になるだけでなく、においの元にもなります。みがき残しが多いのは、上あごは奥歯の頬側、下あごは奥歯の舌側。いずれも頬や舌が邪魔をして歯ブラシが届きにくい場所です。溜まったプラークは歯石となり、さらにプラークが付着する足場となります。

●入れ歯のかたは、入れ歯自体のお掃除も欠かせません。

●プラークの除去には、毎日のきちんとした歯みがきのほか、定期的に歯科でクリーニングを。

みがき残しが多い場所 (永久歯の場合)



歯と歯のあいだも要注意!

舌の汚れ

舌の汚れである「舌苔」も、においの原因です。詳しくは裏面で。

森田

☆ お弁当用 作りおき おかず レンジで (冷凍OK) ☆

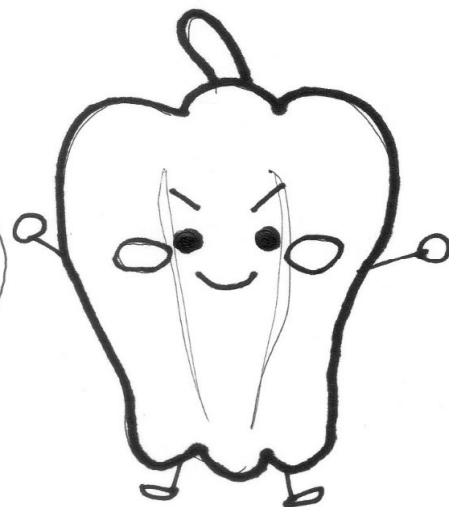
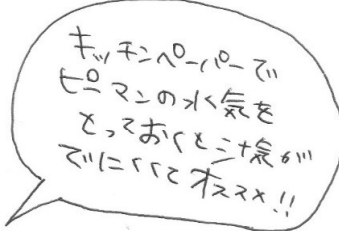
・無限ヒーマン・

〈材料〉

- ・ヒーマン 6個
- ・ツナ缶 1缶
- ◎鶏がら 大さじ1
- ◎ごま油 大さじ1

〈作り方〉

- ①ヒーマンを千切りにして、耐熱容器にヒーマンと油をきいたツナを入れる。
- ②①に◎を混ぜて、ラップをふた、とかけレンジで600w4分加熱して完成。



— 浅見 —

<http://yamaneco.co.jp/>