ゆこ

みん

今月のカレンダー

■午後休診

まちだ歯科クリニック

(木曜・日・祝日休診) 9:00-13:00 14:00-18:00 9:00-14:00 (受付終了) 院長不在 2 (金) 12:15~

13 (火) 14:00~15:30

月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

ゆみこ歯科クリニック

9:00-12:30 14:00-18:00 木・土曜9:00-12:30 午後休診 火曜午後 水曜終日訪問診療 10 (\pm) · 24 (\pm)

月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

まちだ歯科スタッフ通信

【食育】

精製塩と天然塩ってどう違うの?

精製塩というのは、製造の工程で不純物を 取り除いた〈塩化ナトリウム99、5%の塩〉の事です。

塩化ナトリウムを採ると体に悪い活性酸素が発生し、 からだのミネラルバランスが崩れてしまうのです。

天然塩とは、

主に「マグネシウム」「カルシウム」「カリウム」と ミネラルを豊富に含んでいます。 精製塩と天然塩は、成分がこんなに違うのです。

過剰な塩化ナトリウムの取りすぎが万病のもとに繋がってい ます。

> ですが、からだに良い天然塩を摂取すると、 がん、アレルギー・高血圧・うつ病などの "治療薬"にもなるのです。

天然塩と精製塩の見分け方

一言で精製塩といっても、その種類は様々です。 なかなか天然塩と見分けがつかないですが、 それらの精製塩も、原材料を見れば一目瞭然です。 自然塩は、原材料名にただ「海水」と書かれているのに対し、 精製塩は「天日塩」等書かれています。



ぜひ健康の為にも 天然塩を!! たそをて旅飾そとト私。こ思い行っのての事 でいるのて作もアで 宿すね し (た ま 八ったことの作品が片隅に テル

るたの別の スき和トれら レいぎ 知らぐ気が過ごしやす コな

現なア

禍き

4ののまの いて的のタく最な治ル

大、も進歯

 \mathcal{O}



切まろいに日様んでいた。 代值I の段テ テだィ クっス ー た れ た め や Ⅰ購作 は入品 すすが ごるす でとに すが判 ねで明。きし 気持ちらな速

りた私写通 検写グな 索真ーど検 つ ていた作品の部で検索すると し取ますが

★ご家族や職場に歯やお口の中ことで、お困りの方がいらっしゃいましたら、

優和会 Staff Blog 随時更新中!!

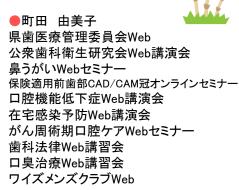
ゆみこ歯科スタッフ通信

訪問診療部より

先月の学び

●町田 宗一郎 保険適用前歯部CAD/CAM冠オンラインセミナー Dr小畑Webセミナー

ロ腔粘膜疾患セミナー 医療対策委員会 ワイズリーダー研修



- ●外口 千愛 保険適用前歯部CAD/CAM冠オンラインセミナー
- ●折田 剛 口腔外科ベーシックセミナー
- ●假屋 綾華 保険適用前歯部CAD/CAM冠オンラインセミナー 全国共通がん医科歯科連携講習会 □腔粘膜疾患セミナー
- ●近藤 磨美 口腔外科ベーシックセミナー

啓蒙活動

町田宗一郎 ささえりあ三和荘会議

町田由美子地域ケア会議



どの歯が痛いか言い当てるのは難しい!



歯の痛みは口全体にひろがり、どの歯が痛いかは自分で さえ分からなくなる事があります。

前歯ならどの歯がおかしいかあまり間違えることなく言い当てても、奥歯にいくほど正解率は低くなります。

歯を刺激して、どの歯を触れたかを回答する実験を行ったところ、3~5本の範囲内の歯を回答して、とくに1歯前方の歯と間違えやすく、前から7本目の歯ではその手前の6本目と勘違いする人のほうが正解者より多くなるという結果があります。

また、まれに上下の歯痛の区別さえできなくなります。

下の奥歯にむし歯があって痛みの原因となっていても、上の 奥歯が痛いと錯覚を起こすこと、またその逆も珍しくありませ ん。

上の歯の痛みは顔面の知覚、運動をつかさどる脳神経である三叉神経の2番目の枝、下の歯の痛みは三叉神経の3番目の枝によってそれぞれ伝えられます。

同じ神経から伝達される信号を脳自身が正確に判別できなくなっているからです。なので、どの歯が痛いか言い当てるのは難しいのは当然です。

そのようなことから、トラブルを起こしている歯を的確に診断するために、当院では、必ずレントゲンを撮るなど様々な診断方法を使い、原因を探るようにしています。



~飲み薬と味覚障害~



新型コロナウイルス感染症で風味障害がおきる事は最近 の報道などでご存知の方も多いと思います。

風味障害とは…匂いがわからないと味もわからなくなる

ただ、味覚障害はそれ以外でもおこります。 食べ物の味がわからなくなる味覚障害は高齢者に多い症状です。舌の表面で味を感知する味蕾や唾液の分泌量が加齢と共に減少する事が大きな原因ですが、他に日常的に服用している薬の副作用による「**薬剤性味覚障害**」も多いといわれています。

味覚障害が報告されているのは、高血圧治療の降圧剤・ 糖尿病薬・抗うつ剤・抗菌薬・解熱鎮痛剤などです。

これらの薬剤の神経反応を鈍くする作用や唾液の分泌や亜鉛の吸収を抑える作用が味覚に影響を及ぼします。

<u>薬剤性味覚障害は、原因薬剤服用後、多くは2~6週間</u> 以内に症状が現れます。



味覚障害によって食欲が落ちれば、体力の低下にもつながります。 味が感じにくい、食べ物の好みが変わった、金属味や渋みなど嫌な 味がする、口が乾くなどの症状があるときは早めに相談しましょう。

医療法人社団 優和会 保険医療機関・労災保険指定医療機関、 バリアフリー化、施設内全面禁煙、熊本県ハートフルパス制度協力、歯科健 康診査・妊婦歯科検診・歯の健康相談・患者満足度調査実施、 歯科医師臨床研修施設、見学・実習生・インターンシップ 随時受入れ中