

今月のカレンダー

■休診 ■午後休診

まちだ歯科クリニック



診療時間 (木曜・日・祝日休診)
平日 9:00-13:00 14:00-18:00
土曜 9:00-14:00 (受付終了)
院長不在 3/16 (水) 16:30~
3/28 (月) 終日

| 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 | 31 | | | |

ゆみこ歯科クリニック



診療時間 (日・祝日休診)
平日 9:00-12:30 14:00-18:00
木・土曜9:00-12:30 午後休診
院長不在日 火曜午後 水曜終日訪問診療
3/12・3/26 (土)

| 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 | 31 | | | |

まちだ歯科スタッフ通信

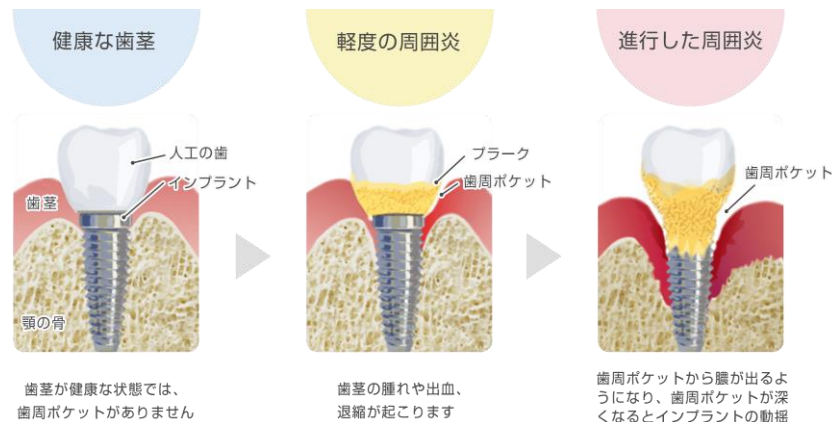
《インプラント部の磨き方》

○歯ブラシ○

インプラントやその周りの歯茎はデリケートなので、毛質が柔らかめもしくは普通の硬さのものを使用します。
歯ブラシの毛先をインプラント部に沿わせ、力を入れず優しく小刻みに動かします。

○歯間ブラシ○

歯間ブラシは毛質が柔らかく、ワイヤー部分がコーティングされているものがおすすめです。
歯間ブラシが入る場合は、歯と歯の間からまっすぐに挿入し、歯間ブラシの長さ全部を使って、優しく丁寧に2・3回出し入れするように動かします。
インプラントに歯間ブラシを沿わせて動かすとより効果的です。



インプラントの周りは防御機能が弱く、プラーク（歯垢）による感染が起こりやすいという特徴があります。

インプラントは、患者さんが時間と費用をかけて手に入れたものです。失わないためにも日々のセルフケアから丁寧におこないましょう。
チェックやプロフェッショナルケアも重要になるので定期健診もいらしてくださいね。

インプラントについてのご相談や質問等は、お気軽にドクターやスタッフにお尋ねください。

Dr.s MESSAGE

こんにちは。
まちだ歯科クリニックの假屋綾華です。
コロナ感染がいよいよ身近に迫る中、皆様いかがお過ごしでしょうか。
私は、感染を恐れ、家に引きこもっていましたが、最近では、北京オリンピックでのカーリング女子の活躍にパワーをもらいました。
試合中も試合後も、ポジティブで常に笑顔でいる選手たちを観ていると、とても幸せな気持ちになりました。
そんな選手たちの姿勢を私も見習いたいと感じました。
今回は私事で大変恐縮ではございますが、皆様にご報告があります。
この度、第一子を出産することになり、3月末でまちだ歯科クリニックを退職させていただきますこととなりました。



假屋 綾華



入職以来、本当に多くの方々にお世話になり、充実した日々を送ることが出来ました。今まで勤務し続けてこられたのも、皆様のお力添えがあったからこそだと思っております。
この場をお借りして感謝申し上げます。
今後しばらくは育児に専念し、歯科医師業務に復帰する予定です。
復帰後は、高齢者、障がい者、そして小児を中心とした訪問歯科診療に力を入れていこうと考えております。
仕事と育児ができる幸せをかみしめて精進したいと思っております。
最後になりましたが、皆様のご健康と、ご活躍を心よりお祈り申し上げます。
今まで、本当にありがとうございました。



優和会
Staff Blog
随時更新中!!

先月の学び

●町田 宗一郎
医療対策委員会
ワイズメンズクラブ例会

●町田 由美子
在宅歯科モデル事業各郡市担当者会
県歯医学会
介護者歯科実技研修会担当者会
在宅歯科医療研修会議
介護認定審査会
災害歯科医療研修会
がん連携講演会
回復期医科歯科連携研修会
糖尿病歯周病連携研修会
日本歯科医師会地域保健会議

●今村真理子・楠美由紀・村上加那子
小山里紗子・吉岡夏未・清田ひばり
椎屋若葉
『アルツハイマー病が嫌なら生涯歯医者さんに通いなさい』

●境梨江・菅雅子
『子供のお口の健康づくりと地域住民の健康づくり』

●古閑優華
『子供たちの健口から始まる全身の健康』

啓蒙活動



町田 宗一郎
ささえりあ三和荘ケア会議

町田 由美子
山鹿歯科医師会歯科介護保険講演会 講師

お問い合わせ : machidentalclinic@yahoo.co.jp

ゆみこ歯科スタッフ通信

歯周病の最大の原因は？



歯周病の最大の原因は、歯垢がたまることです。食べカスとは別物で、口の中にネバネバした細菌の集まりが歯垢（プラーク）です。歯垢は、洗口では取れません。歯磨き等でこすり落とす必要があります。放っておくと毒素を出して歯ぐきに炎症を起こします。1mg（湿重量）の歯垢には湿重量あたり2.5億個の細菌が潜んでいます。

歯垢は、唾液中のカルシウムやリン酸と結合して70時間たつと石灰化していきます。歯ブラシでは取れないくらい硬くなってしまいます。それが歯石です。歯石がついた状態というのは、その上に歯垢が付きやすく歯周病になりやすい状態といえます。

歯石ができてしまったら自分ではもう取り除けません。

歯周病の進行状態

健康な歯肉（歯肉溝0.5～3mm）

健康な歯肉は薄ピンク。

歯間の歯肉は引き締まった三角形をしています。

歯肉炎（仮性ポケット3～4mm）

痛みなどの自覚症状がありません。

プラークコントロールができれば、ほとんどの歯肉炎は治ります。

歯周炎（歯周ポケット4～6mm）

歯肉が歯からはがれ歯周ポケットが深くなります。歯を支える骨も破壊が始まり、古くなった血液成分を含んだ黒っぽい歯石が溜まっていきます。

重度歯周炎（歯周ポケット6mm以上）

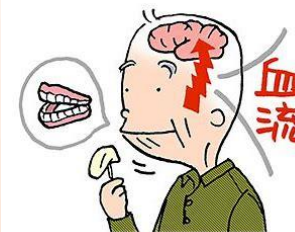
歯肉は赤く腫れ、化膿していきます。歯を支える骨が破壊され歯がグラグラになって噛めなくなります。口臭もひどく、ポケットの細菌は歯肉の細胞を通り抜け血流に入り込みます。

歯周病の初期段階では自覚症状がほとんどでないので定期的に歯科医院で検査を受けましょう。

優和会 NEWS LETTER 内の文章・画像全て転記・転載不可。無断使用お断りいたします。

訪問診療部より

～残っている歯の本数と寿命～



お口の健康が全身の健康に大きな影響を及ぼすことは、広く知られるようになってきました。

高齢者の死亡原因の上位に挙げられる誤嚥性肺炎は、お口の汚れや嚥下機能の低下が病状に大きく関連します。

また、歯周病が心筋梗塞や脳梗塞、糖尿病や呼吸器疾患などに悪影響を与えたり、それらの病気が歯周病を悪化させたりすることが注目されています。

高齢になった時に歯が何本残っているかという事も、健康に大きく影響します。歯が残っている本数が多いほど、寿命が長くなるというデータが報告されています。男性の場合は60歳以上、80歳以上になると男女ともにその傾向が明らかになります。

また、歯があることで踏ん張りがきくため転倒の予防に繋がったり、しっかり噛む事が脳への血流を増やし、認知症の予防に繋がります。

すでに歯を失っている人でも、きちんと入れ歯を使う事で同じようにリスクを減らす事ができます。自分のお口に合った入れ歯でしっかりと噛む事で、健康に過ごせる確率も高くなります！

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