

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・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 3/10(月)・3/18(火)・3/19(水) 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 (木・日・祝日休診)

木曜日 訪問診療のみ

平日 9:00-13:00 14:00-18:00

土曜 9:00-13:00 午後休診

院長不在日 火曜終日 水曜終日

金曜日午前 訪問診療



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

エナメル質初期う蝕について

エナメル初期う蝕とは、歯の表面にある「エナメル質」が酸によって溶け始める初期段階の虫歯のことです。この段階ではまだ歯に穴が開いていない状態であり、歯の表面が白っぽく濁ったり、斑点が現れることで分かります。初期の段階では痛みがほとんどなく、早期に対処すれば、自然に治癒することもできます。



初期う蝕



正常

初期う蝕は修復できる！

☆フッ素の効果

- ①むし歯菌の活動を抑える (細菌の酸産生抑制)
- ②初期う蝕を治す (再石灰化の促進)
- ③歯を強くする (歯質強化)

初期う蝕は早期に発見されれば、フッ素や生活習慣の改善で自然に治癒することも可能な場合が多いことから、両院では定期検診やメンテナンスをおすすめしております。お口の中でお困りのことがあればお気軽にご相談下さい。



~message~

まちだ歯科クリニックの外口です。先日、10年ぶりの歯科健診だという男性の方が来院され、なぜ久しぶりに歯医者に来られたのか伺うと子供が産まれるからだを教えていただきました。とても素晴らしい事だと思ひ、皆様にお伝えしようと思った次第です。妊婦歯科健診はありますが、父親歯科健診はないのが現状です。産まれてくる子供にむし歯ができるかは両親から虫歯菌が移るかどうかのため、母親だけでなく、父親も歯科受診し、虫歯治療・メンテナンスを受けることがとても重要になってきます。

外口 千愛



産まれてきた子供は3歳までに歯科受診し8歳までの時期がむし歯予防・矯正に大事な時期となります。日本政府は来年度を目途に国民皆歯科健診の導入及び義務化を目指しています。ぜひ、ご家族や周りの方に歯科受診がご自身と家族の健康のために重要である事を話して頂けると幸いです。また、私事になりますが、3月末より第2子の産休に入らせて頂きます。来年度春復帰予定です。その際はまたよろしくお願い致します。



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

●町田 由美子
日本歯科医師会地域保健会議
県歯常務会
県歯理事会
介護認定審査会
地域包括ケア委員会
在宅歯科医療連携室会議
在宅歯科医療モデル地域会議
介後期高齢者歯科口腔健診会議
熊本県介護予防プログラム作成会議
在宅歯科医療研修会
歯科口腔外科研修会
老年歯科訪問診療研修会

●松岡 輝
がん診療医科歯科病診連携発展事業研修会
在宅歯科医療研修会
全部床義歯を克服する

●折田 剛
losセミナー

●近藤 磨美
在宅歯科医療研修会

啓蒙活動

学校保健委員会
熊本歯科衛生士学院高齢者歯科学講師

優和会はママとこどもの歯医者さんに
加盟しています。

ママとこどものはいしゃさん。



ママとこどもの歯医者さんとは
安心安全、そして誠実な治療を提供する
全国的に展開している歯科医院グループです。

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

ゆみこ歯科スタッフ通信

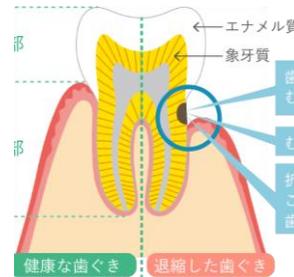
大人のむしば ～根元のむしば～



なんか、歯ぐきが下がったな～、歯が長くなった気がするな～なんて思うことありませんか？歯ぐきが下がってきたら、歯の根元が見えてきます。その根元の部分！！むしばになりやすいんです！！(;ω;)

根元がむしばになりやすい理由

歯は、1番外側に1番固い歯質のエナメル質、その中に象牙質、その中に神経という3構造になっています。ただ、エナメル質があるのは本来歯ぐきがある部分までで、歯ぐきの下は覆われていません。なので、歯ぐきが下がってしまうと、象牙質がでてきます。象牙質はお口の中の細菌の酸に弱く、歯が溶けだしやすいのでむしばになりやすいんです！



どうして歯ぐきが下がるの？

歯ぐきは加齢や歯周病によって下がることが多いです。また、加齢や服薬、放射線治療などにより唾液の量が減って根元のむしばを悪化させやすくします。なので高齢の方は特に注意が必要です！！ただ、若い方も力を入れすぎた磨き方で歯ぐきを下げってしまうことがあるので注意しましょう！

根元のむしば予防

- ①歯ぐきを下げない 歯周病にならない（悪化させない）ようにメンテナンス、セルフケアをしっかりと！！磨き方は衛生士に教えてもらい、強い力で磨きすぎない。
- ②フッ素を活用する フッ素配合歯磨き粉を使い、すすぎはなるべく1回！65歳以上の方は歯医者で保険でぬれるようになったため定期的にぬってもらいましょう！

訪問診療部より

～胃腸の調子と舌苔～



舌苔(ぜったい)とは舌の表面に付く白い苔状のもので、言うならば舌の表面に付く垢のようなものです。舌の細胞が角質化したものに、細菌などが溜まり舌の奥の方から手前にかけて、うっすらと白っぽくなっているのが一般的です。

舌の表面の細胞は、新陳代謝が盛んで通常は食べ物が舌に触れたり、歯と触れ合ったりすることで舌の表面の汚れも落ちます。けれども、新陳代謝が低下すると、舌苔が厚くなってきます。

加齢とともに舌苔は溜まりやすくなりますが、腸の調子が悪くなり内臓機能が低下することでも舌の新陳代謝が滞り、舌苔が厚くなります。舌苔が厚くなれば、口臭もきつくなります。

胃の調子を整えるには食生活が大切です。バランスの取れた食事を心がけ、消化不良を起こさないように、よく噛んで食べる事を意識しましょう。また、消化不良に身体の冷えが加わると、舌苔は白く厚くなる傾向があるとも言われているので、身体を温めて消化の良い物を食べるようにします。

同時に、舌の清掃などの口腔ケアもしっかり行いましょう！

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