

みよぷり通信 2011年秋号
平成23年11月11日 発行 第6号
編集・発行 三好 土田 斉藤
〒003-0029
札幌市白石区平和通3丁目北5-22
代表 011-863-1122
ホームページ <http://www.mpd1122.com>
発行責任者 三好、土田
印刷所 三好プリベント歯科

みなさんこんにちはお久しぶりです!!秋号ができました!これで第6弾です。今回のテーマは唾液の中の細菌って?。

ご存知でしたか?

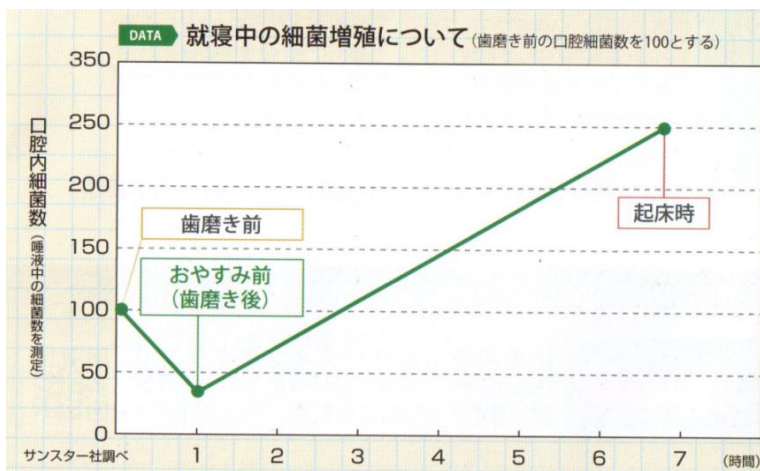
おやすみ中に細菌が増えることを!?

就寝中は唾液の分泌量が減るため、お口の中の細菌が増殖します。これを少しでも防ぐために、おやすみ前は特に時間をかけて歯を磨き、たんねんにブラーク(歯垢、汚れ)を取り除くことが大切です。また殺菌剤配合の液体ハミガキ(洗口液)を併用するのも効果的です。液体だからお口のすみすみまで殺菌効果がゆきわたります。そして起床時、健やかな1日を送るためにも、まずお口を洗うことをおすすめします。

お口のケアはおやすみ前が効果的だよ!



おはよう前にもお口を洗いましょう



院長のついで

医者と患者は専門家と素人という上下関係で捉えらるると、上から下への一方通行な関係になってしまいません。でも立派な先生ほど生徒から学ばせて貰った話されます。新米お母さんも赤ちゃんの泣き声、仕草から多くを学びます。お互いが気付き学びあう双方向のコミュニケーションこそ最も大切にするべきものだと思います。

なんと「歯」なんですよー。

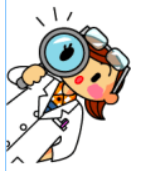
一番大切な役割はものを噛むことです。普段食べ物を噛む時、歯には想像以上の力がかかっています。奥歯1本なくなるとものを噛む力が半分以下になると言われています。ご自分の歯でご飯を食べられる方がおいしく2倍になると思います。

食事にかかる時にかかる力は、軟らかい現代食の場合1kgにも達しません。夜寝ている間に無意識で削れていることが多い歯ぎしり、食いしばりの時は、

人間の体で一番硬いやつはなんぼこつか?

体重の2倍と言われていています。例えば50kg以上の体重の人で100kgにもなるのです。この時にダメージを受けやすいのは、一番後ろの奥歯です。人間の一番硬いところではありますが、反面、力がかかりすぎるところでもありますので割れてしまうことがよくあります。硬いところだからといって丈夫なわけではありません。1本1本の歯を大切に守っていきましょう。そのためには毎日の正しい歯ブラシ、食生活、歯科医院での定期的な健診をおススメします☆





お口の中（だ液）に細菌がいるって知ってますか？

みなさんはお口の中（だ液）にどのくらい細菌が存在していると思いますか？

私たちの口の中には3000〜4000

種類の細菌やカビ菌がいると言われて

ています。その中には我々にとって

よくない細菌（悪玉菌）が存在します。

悪玉菌の多くは歯周病の原因でカビ

菌（ネバネバの原因）といっしょに歯

周病組織を破壊します。現在成人の約

8割が歯周病を発症しています。

それでは、歯周病を治す一番の近道

はなんでしょう？この歯周病の原因

菌とカビ菌を退治することです。

当院では顕微鏡を使ってあなたのお

口の中の細菌をチェックし、現在の口

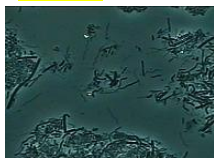
の中の状態をご説明させていただきます。

お口の菌をチェック！
顕微鏡をのぞくと何が見える？



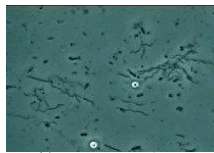
お口の中の細菌ってどんなのいるの〜？

カビ菌



カビ菌はお口の中に必ず住みついているのですが、大量に増えると歯ぐきが腫れるなどの悪い影響が出てきます。歯周病菌の住みかとなり、これを晴らすことにより、歯周病原菌も少なくなると思います。

スピロヘータ（歯周病原菌）



蛇のようにウネウネと動き、歯肉の中で毒素を出しながら増殖する毒性の強い歯周病原菌です。

※他にもたくさんの種類の細菌があります！

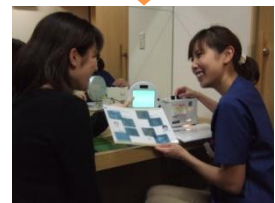


手順

1. まずはお口の中の汚れを爪楊枝でとり、スライドガラスにのせます！



2 さあ！実際に顕微鏡でみてみよう！どんな細菌がいるかな〜？



3. わあ！びっくり！こんなにたくさんいるの〜？

顕微鏡を使う時は、患者さんのお口の中から、ほんの少しだけブランク（歯垢）を採取して、それを顕微鏡で見ます。ほとんどの患者さんの口の中に、歯周病菌やカビ菌がいます。歯周病は自覚症状がほとんどない病気なので、「まあ、放っておいても大丈夫だろう」という認識の患者さんが多いのですが、顕微鏡で患者さんに自分の歯周病菌の様子を見ていただいたとたんに、歯周病へのイメージや認識が変わられる方もいらっしゃいます。どれくらい歯周病菌がいなくなったかを目で見て確認することができますので、効果が分かりやすいといった利点もあります。無料でしておりますので興味のある方はスタッフまでお聞きください。

スタッフ紹介

新メンバーが加わ

りました☆☆

こんにちは。

9月から歯科衛生士として勤務してい

ます村上 美樹（ムラカミ ミキ）です。

好きなことは音楽を聴くことです。

これからも宜しくお願いします！！

どんどんお声掛けて下さいね☆



スタッフコラム

10月22日（土）CHP シンポジウム「歯医者に行くのが楽しくなる3時間！濃厚諸井漬け」に参加しました。このセミナーは治療技術に関するものではなく、歯科従事者として患者さんとどう関わっていくかというようなことを考えさせられるような場です。諸井先生のお話を聞くのはもう何回目かになりますが、毎回自分の受け止め方が違ったり他院で働いている人たちの意見が聞けたりと気づかされるのがたくさんあります。通常講演会というところかの偉い人がしゃべっていて、なかなか私達なんか意見することなどできないのですが、この先生はとても気さくでフラットな関係でいられます。プリベント歯科の雰囲気もそんな CHP の影響を受けてできたものなのかもしれません。諸井先生ありがとうございました！(^~)!



諸井先生



MIYOPURI 医療法人社団 白優会 三好プリベント歯科

- 診療科目：●一般歯科 ●小児歯科 ●矯正 ●審美 ●ホワイトニング ●インプラント ●レーザー（Panasonic CO2）
- 受付時間：●月・木曜日 9:30~19:00 ●火・金曜日 9:30~18:00 ●土曜日 9:30~16:00
- 休診日：●水・日曜・祝祭日

〒003-0029 札幌市白石区平和通3丁目北5-22（JR白石駅から徒歩1分）

☎011-863-1122 三好プリベント歯科 検索

