



歯びねす通心

2013年6月号

しんデンタルクリニック TEL.052-551-2221

名古屋市西区幅下1-13-18

しんデンタル

検索

p.1 ご挨拶とお知らせ

p.2 クリニック News

p.3 知っておきたい歯の基礎知識

p.4 矯正治療を知ろう!

p.5 歯とお口の健康Q&A

p.6 スタッフコラム



しんデンタルクリニック院長の
舟橋伸也です。
いつもありがとうございます!

先月の**ゴールデンウィーク**、皆さんは楽しいお休
みを過ごすことはできましたか?

先月の医院新聞に書きましたが、私は**家族旅行**で
沖縄に行ってきました!

娘の喜ぶ顔が見たくて、冬の寒いうちから計画し
てきた沖縄旅行。成長と共に自我が芽生えてきた
娘が喜んでくれるのかドキドキの旅行でした。

今回の旅行に娘は…**大喜び**でした!

娘が幼稚園に通うようになってからというもの、
平日休みの私には**家族団らんの時間**もなかなか取
れなかったのが、とても有意義な時間でした。

こうして『**家族の笑顔**』を見られることが、私に
とって**最高の活力**になっています!

話は変わりますが、この6月は『**むし歯予防デー**』
『**歯と口の衛生週間**』と、**歯とお口の健康について**
考える記念日があります。

その他にも歯とお口に関するいろいろな記念日が
存在しますが、私が子どもの頃から『むし歯予防
デー』が特によく知られた記念日だと思います。

むし歯は**初期段階では自覚症状がほとんどない**病
気です。だからといって**放っておくと重症化**して、
激しい痛みを襲われる場合もあります。

当院にも「痛み」を抱えて来院の方が数多くい
らっしゃいますが、『**早期発見**』と『**早期治療**』で
痛くなる前に対処することはできます。

そのためには、歯科医院で定期的にチェックをし
て、『予防』に取り組むことが大切になります。

できれば「痛い」「辛い」思いはして欲しくありま
せん。ですから、むし歯や歯周病の『予防』に取
り組んでいって欲しいと思います。

予約確認メールをお届けします!

予約日の前日に、あなたの携帯電話に予約確認メールが届きます!

「予約の**うっかり忘れ防止**」や「予約の**時間確認**」に、

メールアドレスをご登録ください

登録は **QRコードを読み取って空メールを送ってもらうだけ**

とってもカンタンです!

詳しくは当院スタッフまで、気軽にお声がけください。





無料メールマガジン『歯ぴねす Kids』 会員募集中！

このメールマガジンでは・・・

- ① **お子さんの歯とお口の健康を守るための情報をお届けします！**
お父さん・お母さんはもちろん、おじいちゃん・おばあちゃんにもぜひ知っておいてほしい、お子さんの歯とお口の健康を守る豆知識を定期的にお届けします。
- ② **子育て情報をお届けします！**
子育て真っ只中の院長、スタッフと一緒に子育て情報をシェアしましょう！
- ③ **定期健診・フッ素の時期にお知らせメール**
つい忘れてしまいがちな定期健診・フッ素塗布をメールでお知らせします！
- ④ **会員様限定イベントも企画中！**
楽しいイベント、お得なイベントなど、いろいろ考えています！

ご登録をお待ちしております！



<登録方法>

- ☆ **携帯電話の方** → 左のQRコードから登録できます！
- ☆ **パソコンの方** → <http://goo.gl/hRzsJ> より登録できます！
- ☆ **クリニックで** → スタッフにお声掛けください。
院内のパソコンですぐに登録できます！



メルマガ用QRコード

クリニックのブログもぜひご覧ください！

《ブログのアクセス方法》

パソコン・スマートフォン
で見るとは・・・

当院のホームページ
からご覧ください。



携帯電話で見るとは・・・

QRコード

をご利用ください。



ブログ用QRコード

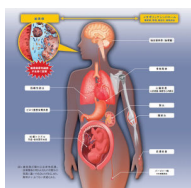
『歯周病』のお話 ⑫ 歯周病と全身の病気



近年になって少しずつ解明されてきている『**歯の病気と全身の病気の関係**』について、今回は糖尿病のお話をしてみたいと思います。

おさらいになりますが、「歯の病気がどうして全身の病気と関係があるのか？」ということを確認しておきましょう。

歯周病が全身の病気に影響するのは、歯周病が**細菌によって起こる病気**だからです。



お口の中にある歯周病の原因菌が、**お口から体内に侵入して**いて、**病気や身体の器官に影響を与えている**と考えられます。

特に、今回お話しする『**糖尿病**』は歯周病との関わりが深い病気と言えます。

● 糖尿病と歯周病



歯周病と糖尿病、この2つの病気は言わば**持ちつ持たれつ**の関係と言えます。

以前より、**歯周病は糖尿病の合併症のひとつ**と考えられてきました。つまり、糖尿病が歯周病に悪影響を及ぼしているということです。

一方で、最近の研究では、**歯周病になると糖尿病の症状が悪化する**という逆の関係も明らかになってきています。

ですから、歯科健診で歯周病と診断されたことをきっかけに糖尿病が見つかることも少なくありません。

なぜ糖尿病と歯周病はこれほど深く関係しているのでしょうか？

歯周ポケットに歯周病菌が溜まってしまうと、免疫細胞である白血球が菌を退治しに集まってきます。

この時白血球が歯周病菌の出す毒素に触れることで、実は**血液中のインシュリンの働きを妨げてしまう物質を放出**します。

糖尿病とは、何らかの原因によって血液中の糖分をエネルギーに変えるインシュリンという物質の働きが低下し、血液中に糖分が溢れてしまう病気です。

つまり、インシュリンの働きを妨げてしまう物質が多く放出されてしまうと、**インシュリンの働きが低下し、糖尿病が一気に進行してしまう**ことがあります。

そして糖尿病が進行すると、血糖値が高くなります。

そうすると今度は歯ぐきの毛細血管の血流が悪化し、血液が行き渡らなくなるため、**歯周病菌を退治できなくなってしまう**のです。

また、糖尿病になると**身体の抵抗力が下がります**のでさまざまな合併症が起こるため、糖尿病は合併症が怖い病気ともいわれています。

抵抗力が下がるという事は、『細菌に感染しやすい＝歯周組織が歯周病菌（歯垢）に侵されやすい』ということになります。

ですから、糖尿病になると歯周病になりやすく、歯周病が治りにくくなってしまいます。

また、**唾液の分泌量低下**など、歯周病と糖尿病の関係で指摘される問題は数多くあります。

歯周病と糖尿病は、**双方の病気の治療が望まれる病気**と言えます。

矯正治療についてみんなが知りたいこと

私には矯正が必要???

医院新聞を通じておよそ1年間に渡って、矯正治療についてお話してきました。

- ・ 矯正治療ってどんなもの？
- ・ どうして歯並びが悪くなるの？
- ・ 歯並びが悪いとどんなデメリットがあるの？
- ・ 矯正治療はいつから始めるといい？
- ・ 矯正治療の治療期間はどのぐらい？

などなど、矯正治療についてよくある疑問・質問を中心にお話してきました。

お読みいただいてきた皆さんに、**矯正治療のことを今までよりも知って**いただける機会になっていましたら嬉しく思っています。

ところで、詳しくなればなるほど逆に疑問になってくるのは…

「私には矯正治療が必要なの？」

「気になっているけど、治療効果はありそう？」

「こんな症状は相談してもいいのかな？」

などなど、ご自身の歯とお口の状態と矯正治療のことかも知れません。

そこで、今回は簡単にできる**セルフチェック**をご紹介します。

このチェック表でご自身の状態を自己診断し、**気になる部分があれば気軽にご相談ください！**

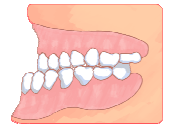
● 歯並びのチェック



- 出っ歯や八重歯があり、笑うと唇から出た歯の表面が乾燥し唇が閉じなくなることがある
- 自然にかみ合わせたとき、下の前歯が1本でも上の歯よりも外に出ている

- しっかり噛んだつもりでも上下の歯の間があき、噛んだ状態になっていないと感じる
- 上の歯並びのアーチがU字型でなくV字型になっている
- 歯並びがガタガタで、きれいなアーチになっていない。隣同士の歯が重なっている。

● かみ合わせ・顎関節のチェック



- 自然に歯を噛みしめて水平に見たとき、上の前歯が下の前歯の半分以上を隠している
- 自然に歯を噛みしめて鏡で見ると、上下の前歯の真ん中の線が極端にずれている
- どこで物を噛んだらいいのか分からないと思うことがある
- 片方だけでもものを噛むクセがある。あるいは、片方だけでしかものを噛めない。
- あごや顔が曲がっている気がする
- 軽く噛んだ後、さらにギュッと噛みしめると下のあごの位置がずれる
- ガムやかたいものを噛むとあご顎が疲れる
- 口を大きく開けたり閉じたりすると、カクカク、コリコリと耳のそばで音がする
- 前歯で細いもの、薄いもの、細かいものを噛み切れない
- いつも顔のどちらか同じ側を下にして寝ている（同じ方向で横向きに寝ている）
- 頬づえをよくつく

● 舌のチェック



- 話したり、物を飲み込むときなど、周りの歯で舌が窮屈だと感じる時がある
- 話し方が「甘たれれている」と言われる
- 舌を上あごに持ち上げたり、「ペー」と前に出すことが容易にできない
- 自然にかみ合わせて口を「イー」と広げたとき、歯のすき間から舌が出ている

歯とお口のちょっとした疑問にお答えします！

歯とお口の健康Q&A



Q. 「詰め物が外れて飲み込んでしまいました…大丈夫ですか？」

キャラメルを食べていたら口の中でガリッと音が…慌てて口から出してみたら、歯の詰め物が取れていた。

食事中に歯の被せ物が取れてしまって、そのままごっくんと飲み込んでしまった…

こんな風に歯の詰め物や被せ物が外れてしまうことや誤って飲み込んでしまったということは、案外珍しいことではありません。

● 飲み込んだけど大丈夫???



誤って飲み込んでしまったときに、内臓のどこかにひっかかるのではないかと、手術をして取り出さなければならぬのか、と心配になる方も多いと思います。

でも、ほとんどの場合は胃から腸と消化器官を経て体外に排出されますので、心配ありません。

ただし、ごくまれに、胃に落ちずのどにつかえてむせる、呼吸に違和感を覚えるということもあります。

魚の骨がのどにひっかかってしまった時と同じひっかかり方です。もし吐き出せない場合は、すぐに耳鼻咽喉科を受診するようにしてください。

● どうして詰め物や被せ物が外れるの？

歯は押す力やかむ力がとても強いのですが、引っ張られる力には弱い性質があります。

ですから、アメやガム、グミ、キャラメルなど粘着性の高い食べ物をかむと、詰め物や被せ物は外れやすくなってしまいます。

しかしながら、どんな詰め物や被せ物でもすぐに外れてしまうわけではありませんし、簡単に外れたりしないように歯科医院でも治療をしています。

外れてしまう原因のひとつは、治療した歯そのものがむし歯や歯周病で変形し、詰め物や被せ物と合わなくなることです。

治療してあるのに、水がしみる、かむと痛みがあるなどの違和感がある場合には、むし歯が進行している可能性が高いです。早めに治療しましょう。

あるいは、詰め物や被せ物そのものが劣化している場合もあります。

長年毎日かみ続けていけば、その衝撃の積み重ねで詰め物と歯との間の接着面が劣化したり、詰め物の変形したりして取れやすくなる場合があります。

● 外れたら放置しないで！



仮に痛みがなかったとしても、外れてしまった場所をそのままにしておくのは良くありません。

まず、取れた部分に食べ物が詰まって、むし歯になりやすくなります。

また、1つ取れてしまうと、別の歯でかもうとするため、他の歯への負担が大きくなります。そこにも古い被せ物があったりすると、連鎖で取れていきます。

ですから、詰め物や被せ物が外れてしまったら、すぐに歯科医院を受診しましょう！くれぐれも、接着剤でくっつけたりしないでくださいね。

スタッフコラム
『今“1番欲しい”もの』



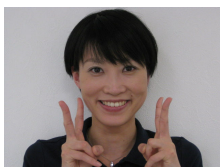
武川 加歩

私が今1番欲しいものは
マンガです。
昔読んでいて
大好きだったんですけど、
受験のときに
売ってしまったので…
今からまた**全巻そろえて**
読み返して
泣きたいですね！笑



敦賀 吉美

今1番欲しいものは、
自転車です🚲
歩くには遠いけど、
車で行くには近い。。
という時に**便利**なので😊
でも誕生日プレゼントで
買ってもらったので、
欲を言えば、やっぱり
どこでもドアが
欲しいです🚪🤖



加藤 淳子

今1番欲しいもの。
昔と違ってだんだん物欲が
なくなってきましたねえ。
そうですね、暑くなってきて、
日焼けが怖いので、
保育園の送り迎えに欠かせない
新しい帽子かな☆
オシャレで、私に似合う形の
飛ばない帽子（笑）
なかなかこれ！っていう
帽子に出会えないんですよえ。
どこかでそんな帽子に
出会えるといいなあ(^)



浅田 純里

私が今1番欲しいものは
車です。
元々**運転が大好き**で
色々な所にドライブしに
行ったり、
少し遠くのカフェにお茶しに
行ったりしていたので、
またしたいなあ〜っと（笑）
今度は軽自動車じゃなくて、
念願の**ヴィッツ**に…💕

しんデンタルクリニック

名古屋市西区幅下1丁目13-18 αビル1F

TEL 052-551-2221

しんデンタル

検索