

## \* ある日の診療室 No.2 \*

保育園児のS君は、毎月お母さん兄弟と一緒に来院します。ニコニコして入室し、診療台にも一人でお利口にすわります。鏡の前で一生懸命に歯みがきをして、歯科衛生士のお姉さんからチェックとクリーニングを受け、虫歯の進行止めやフッ素を塗ってもらい終了。園のできごとや家族のことなども嬉しそうに話してくれます。

彼にとって歯科医院は、「痛い所」ではなく、「むし歯予防に通う楽しい所・気持ちよくしてくれる所」なのです。

腫れたり、痛くなってから行くのでは、「痛い所」になってしまいます。

定期的にチェック、クリーニング、フッ素塗布を受けることは、自分の歯の健康を守る良い習慣付けになります。

S君は、有望な8020(80歳で20本を残す)達成候補者です。



## 総合診療紹介 No.2

## 歯周病治療①

歯周病は、歯周病菌が原因の生活習慣病で、歯を失う2大原因のひとつです。

「お口の中を清潔にすること」が基本ですが、「体の抵抗力、免疫力を高めること」も、歯周病の治療と予防に大切です。

飲み過ぎ、食べ過ぎ、睡眠不足、仕事や雪かきなどでの過労、ストレスがたまるなどで抵抗力、免疫力が下がり、歯肉だけでなく顔まで腫れて来られる方が多く見られます。

忘年会、新年会、雪かきの季節は要注意!

● 当院では、担当歯科衛生士制ペリオチームで歯周病の予防と治療を行います。担当の歯科衛生士に何でもご相談下さい。

● 歯周病は、完治は難しいですが、進行を抑えることはできます。歯肉から膿が出て口臭があり、グラグラしていた歯でも、治療を進めていくうちに、動揺が止まり、健康な歯肉を取り戻した方もいらっしゃいます。

● ドクターが適正と診断された場合は、歯周外科手術や再生治療(減ってしまった骨を再生)を行います。  
● 無理なく定期的に通院し、歯の寿命を延ばしましょう。

ホワイトニング  
キャンペーン

白い歯でステキな笑顔!  
自宅で2週間、一日4時間  
お好きな時間にできます。

年内キャンペーン中  
19,800円



↑術前



↑術後

## スリープスプリント紹介

いびき防止用のスプリントです。  
夜間お口の中に入れておやすみ下さい。いびきを防止し、朝の目覚めがスッキリ!

睡眠時無呼吸症候群と診断された方や男性だけでなく女性の方にもお勧め致します。

31,500円(税込)



## 質問 コーナー

毎日の診療でよく質問されることに当院の診療方針にもとづいてお答えします。質問があたりの方は、質問用紙にご記入の上、受付にお渡し下さい。

### Q. 口を開けると顎が痛いのですが、顎関節症でしょうか？

**A.** お口が開けにくい、開ける時に関節付近に痛みがある、カクカクと音がする・・・などの症状がみられる時は、顎関節症と診断されます。

原因は、

1. 片側だけに力が集中した・・・片側だけで噛んだ、頬杖をついていた、寝る時に同じ方向を下にして寝ていた、固い物を噛んだ、睡眠中に歯ぎしりやくいしばりをする、重い物を持ち歯を食いしばる、打撲などです。
2. 老化・・・関節頭の骨がすり減り、口の開閉時に支障をきたします。
3. 噛み合わせのアンバランス
4. 気温、ストレスなど
5. 筋肉のコリ等々
6. 矯正治療

原因により治療方法は異なります。

顎全体が写るレントゲン撮影、口腔内検査、噛み方の検査、口の開閉の検査、生活習慣の問診等をし、原因を調査します。原因が分かれましたら、治療に入ります。

レーザー照射、スプリント作製、顎関節の体操、マッサージ指導、生活習慣の改善指導、咬合調整などを行います。

お口がほとんど開かなくても、レーザーにより痛みがなくなり、すぐに開けられるようになる方もおいでです。毎月定期的にレーザーを当てに来られ、予防される方もいらっしゃいます。

音だけの時は、心配はありません。



当院では、軽井沢のハーブと沖縄の海洋深層水でできた(株)ユーストリーのスパカル化粧品を取り扱っております。肌にやさしく、ハーブの香りが癒してくれます。アンチエイジングを目指す方だけでなく、お子様やお年寄りのお肌にも安心です。

アンチエイジングのために顔、特に口周りの筋肉や顎関節付近の筋肉のマッサージをしましょう。スパカルハーブエッセンスを

## 化粧品スパカル コーナー



3プッシュを顔全体に塗り、手のひらを使いマッサージ開始。顔を洗うように顔全体をマッサージ。

口の周りは指先でグルグル円を描きましょう。両手の指先で顎の下から耳を目指して上に頬肉をあげるように。耳の前をこするようにマッサージ。これだけでも顔が暖かくなったでしょう。

朝晩の洗顔後に行ってみましょう。継続は力なりですよ。