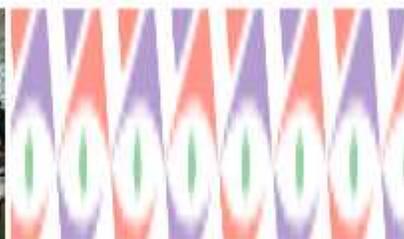


インプラント友の会 ～第9回～



なかのしか通信

第四十二号

発行所 なかの歯科クリニック
岡山市北区矢野東町6-1
086125614618



なかの歯科クリニックは「ありがとう」の言葉と「笑顔」があふれる日本一の歯科医院を目指しています。これからも信頼を元に岡山という地域に根ざした歯科診療をスタッフ一同、力を合わせてご提供させていただきます。歯のことで困ったときは、いつでも何でもご相談下さい。

今号の話題

- ・インプラント友の会
- ・医院旅行で台湾へ
- ・トマトリレーマラソン
- ・はいしゃさんのこれなーんだ?
- ・セファロ導入
- ・定期検診のすすめ
- ・おとなの矯正体験記



医 院 旅 行



七月、台湾に行ってきました。台湾の夏は暑いと聞いていたのですが思ってた以上に湿度が高くてすごく蒸し暑かったです。一日目の夜は夜市と呼ばれる台湾で有名な観光スポットへ。人が多く屋台もたくさんあり賑やかでした。夜市で食べたかき氷が美味しくてもう一度食べたいです。ミルクを凍らせて削ってるように氷がふわふわしていて口当たりがとてもなめらかでした。二日目は自由行動。千と千尋の神隠しの舞台になった建物がある九を観光してきました。台湾はお茶が有名なのでお茶屋さんも多く冷たい烏龍茶で休憩しました。

最終日、パワースポットの神社に行ったり、本場の飲茶もいただきました。小籠包、美味しかったです。今回は総勢二十名での参加で終始賑やかでよりなかの歯科のスタッフ同士の仲も深まったと思います。院長はよく「海外を見た方がいい」と言ってくれるんですが、今回台湾に行ってみて海外のおもてなし文化が学べました。そして日本の良いところにも再度気づけた旅行でしたので、これからは活かしていきます。



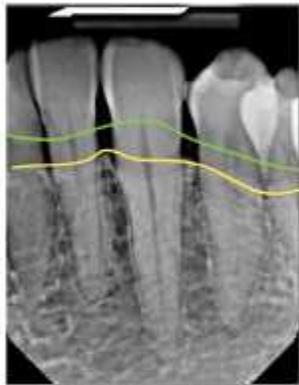
トマトリレーマラソン



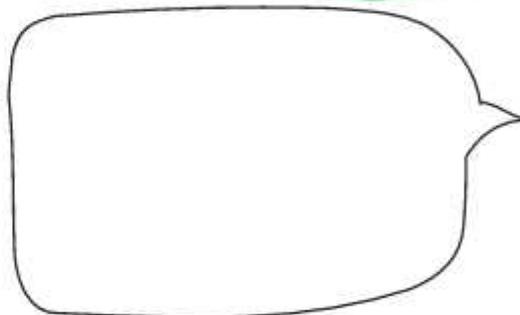
十月、トマト銀行が主催する「6時間リレーマラソン」に院長とスタッフ七名で初参加しました。岡山県総合グラウンド特設コース（一周が約1・3km）を6時間とどれだけ周回できるかを競います。一人が何週走ってもOKなので、なかの歯科クリニックの作戦は一人一週ずつ走って交代に決めました。七千人にもランナーで会場はとても盛り上がり、上がっていて楽しく走ることができました。が今回は練習があまり出来ていなかったため、翌日の筋肉痛に泣かされました（笑）。リレーマラソンはチーム全員でたすきをつなぐために諦めず走り切ることができ終わったあとは大きな達成感がありました。

主催/トマト銀行 共催/山陽新聞社 主審/岡山県歯上競技協会
 トマト銀行 6時間リレーマラソン 岡山大会 in 岡山県総合グラウンド

はいしゃさんのコレなーんだ!?



← もとはココまであった
 ← 今の歯槽骨
 骨が減っています



レントゲン撮影装置を新しくし

セファロ（頭部線規格写真）付きを導入



ちょっと気になる被ばくのこと



定期検診のすすめ

定期検診の目的は、「一生自分の歯でお食事できる」を目標に
歯の健康維持と早期治療を行うことで将来につながっていきます

Q1. 定期検診って何をするの？

1. 歯磨きがしっかりできているか
2. 新たな虫歯ができていないか
3. 歯周病が進行していないか
4. かぶせ物や詰め物に不具合がないか点検
5. 入れ歯の調整（金具の調整や見えない細菌の除去）
6. 舌や粘膜、唾液などに異常がないか確認

3. 歯周病チェック

- 歯磨きをすると出血する
- 歯ぐきが腫れて膿がでたりする
- 歯がグラグラする
- 歯と歯の間に食べ物がはさまるようになる
- 歯ぐきが下がり、歯が長くなったように見える
- 冷たいものを飲むと虫歯でもないのにしみる
- が臭う気がする



いかがでしたか？
1つでも当てはまれば「歯周病」の可能性あります

Q2. どれくらいの間隔？

1歳～16歳未満 春休み夏休み冬休み位
 20～30歳前後 3ヵ月～6ヵ月
 30～50歳前後 3ヵ月～4ヵ月
 50歳以上 1ヵ月～3ヵ月 が妥当です
 実際は個人差があるため、自分の状態に合わせた間隔を話し合ってみるのがいいと思います
 また、総入れ歯のかたも定期的に入れ歯や口の中の状態を確認することは大切です

Q4. 歯周病予防は何をすればいいの？

まずはお口の中を清潔にすることです
 フラック・歯石を取ります
 歯ぐきに炎症があれば歯ブラシで磨きます
 続けていくと、ツルツルの歯+歯ブラシをしても出血をしない歯ぐきになっていきます

是非、定期検診にお越しください。
なかの歯科では、定期検診をおはがきでお知らせしています。



→
1week

