

9月発行



ハッピートゥース



ギャル歯ちゃん

ハッピートゥース オリジナルキャラクター

NEWS

歯周病の治療機器を世界で初めて販売？

東北大学発のベンチャー企業が歯周病の治療器を約17年かけて開発し、世界で初めて販売することで注目を集めています。

この治療器は去年、世界で初めて歯周病の医療機器として日本で承認されました。

超音波で振動させながらレーザーを照射することで、歯周病の原因である細菌を死滅させる仕組みになっています。外科治療が必要なく、痛みも少ないというメリットがあるそうです。

また、再発を防止するため、患者の行動を促すアプリがこの治療器とセットになっています。この治療器でどれだけの方が歯周病を改善できるようになるのか、今後の効果に期待されています。

院長のひとりごと

iPhoneにもマイナンバーカードが搭載される！？

岸田総理大臣は5月30日の午前、アップルのティム・クック CEO とオンラインで会談しました。

この会談で、来年春にマイナンバーカードの機能をiPhoneに搭載して関連するサービスを利用できるようにすることを確認しています。

アンドロイドを使う一部のスマートフォンでは去年からマイナンバーカードの機能が搭載されている状態です。

「マイナンバーカードは、対面でもオンラインでも本人確認を行うことができ、行政手続きや民間サービスの申し込み、健康保険証や図書館カードとしての利用、災害時・救急時の利用などで活用されていて、政府もその機会拡大に努めている」と林官房長官がコメントしています。



ヤマン歯ちゃん

今月の特集

- ・1P…ニュース
- ・1P…院長のひとりごと
- ・2P…スポーツと歯の関係
- ・3P…歯にいいレシピ
- ・3P…ワンポイント歯・メモ
- ・4P…誕生石と有名人の誕生日
- ・5P…こどもの歯のおはなし
- ・5P…歯ハハクイズ
- ・6P…今ドキ！気になる歯の情報
- ・6P…知っ得！歯のコラム
- ・7P…今日から実践ホームケア！
- ・7P…スマイルビューティー
- ・8P…歯のお悩みQ&A



TEL : 0794-87-0099



予防歯科って何をするの？

予防歯科は虫歯や歯周病にならないよう未然に予防することをいいます。

また、虫歯治療や歯周病治療が終了した後に、再度虫歯や歯周病に罹らないよう予防することでもあります。

予防歯科は一度受診するだけでなく、定期的に継続して受診することで効果が期待できます。

予防歯科の治療内容は歯科医院によって異なりますが、お口の検査・ブラッシング指導・歯のクリーニング・フッ素塗布などを行うことが多いでしょう。

これらを定期的に行い、ご自宅でもセルフケアを徹底することで虫歯や歯周病を予防できます。

万が一、虫歯や歯周病になったとしても、早期発見・早期治療が可能のため、簡単な処置で済ませられます。

「痛いのが苦手」「歯の治療が怖い」という方こそ、予防歯科を受診し、大掛かりな治療が必要にならないようにしたほうがいいでしょう。

お口のトラブルは虫歯や歯周病だけではありません。歯ぎしりや食いしばりによる噛み合わせの不調、顎関節への負担なども定期検診を受診することで、症状が悪化する前に対処が可能です。

健康なお口の状態を維持するために予防・定期検診はとても重要なのです。



バスケットボールは口元の怪我が多いスポーツ

関西弁のなん歯くん



マウスピースを使用するスポーツ選手が増えましたが、バスケット選手も多くの選手がマウスピースを装着しています。バスケットでは手や足を怪我することが多いイメージがありますが、実は口元を怪我する可能性も非常に高いのです。

中学・高校におけるバスケット関連の災害給付金申請のうち、最も多かったのが歯の怪我でした。全体の40%を占めています。

歯が欠けたり折れたりするだけでなく、唇や舌などの粘膜の裂傷なども少なくありません。歯が欠けたり折れたりすると治療をできても、元の状態に戻すことはできないのです。

バスケットでも口元の怪我を防ぐためにはマウスピースが欠かせないでしょう。

歯にいいレシピ

材料(2人前)

・ 鮭の切り身	2切れ
・ しめじ	1/2
・ えのき	1/2
・ 有塩バター	10g
・ しょうゆ	大さじ1
・ 塩こしょう	適量
・ 料理酒	大さじ1
・ 水	50ml

簡単♪ 鮭のホイル焼き

きのこをたくさん使ってボリュームなおかずのできる簡単レシピです♪

旬の素材を使った料理で
おいしく!!

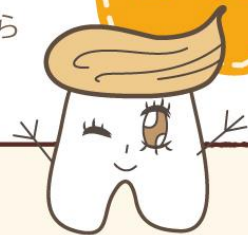


※写真はイメージです

作り方

- ① えのき、しめじは石づきを取り手でほぐしておきます。
- ② 大きめのフライパンにアルミホイルを引き、鮭ときのこを敷き詰めます。
- ③ 次に塩こしょうとしょうゆ、料理酒、有塩バターを入れてアルミホイルを包みます。
- ④ 周りに水を入れて蓋をし、弱火で15分加熱します。鮭に火が通ったら、火から下ろして器に盛り付けて完成です。

ワンポイント
歯・メモ!



犬や猫も歯周病になる可能性がある

人間だけでなく犬や猫も歯周病になります。犬や猫の場合は、人間よりも歯磨きなどの口腔ケアが難しいため、人間以上に多くの歯周病菌が生息している可能性が高いでしょう。しかし、犬や猫は痛みや症状を話せないため、歯周病に罹っても飼い主が気付かないことも少なくありません。また、犬や猫とキスなどのスキンシップをとることで歯周病にかかるリスクが高まります。人間からペットに歯周病が移ることもありますし、ペットから人間に歯周病が移ることもあります。キスだけでなく、食器を共有したり口移ししたりすることでも感染の可能性が高まるため注意しましょう。



誕生日石と有名人の誕生日紹介



サファイア

有名人の誕生日

1日 平岡 祐太 (ひらおか ゆうた)	11日 矢作 兼 (やはぎ けん)	21日 ELLY(えりー)
2日 今市 隆二 (いまいち りゅうじ)	12日 ジェyson・ステイサム	22日 美波 (みなみ)
3日 田村 裕 (たむら ひろし)	13日 小田 エリカ (おだ えりか)	23日 わたなべ 麻衣 (わたなべ まい)
4日 坂東 希 (ばんどう のぞみ)	14日 上戸 彩 (うえと あや)	24日 永野 芽郁 (ながの めい)
5日 仲村 トオル (なかむら とおる)	15日 彦摩呂 (ひこまろ)	25日 ウィル・スミス
6日 氷川 きよし (ひかわ きよし)	16日 宮川 大輔 (みやがわ だいすけ)	26日 天童 よしみ (てんどう よしみ)
7日 山崎 賢人 (やまざき けんと)	17日 中村 アン (なかむら あん)	27日 横山 ルリカ (よこやま るりか)
8日 ゆうちやみ	18日 大貫 亜美 (おおぬき あみ)	28日 オカリナ
9日 ユージ	19日 西川 貴教 (にしかわ たかのり)	29日 岸 優太 (きし ゆうた)
10日 松田 翔太 (まつだ しょうた)	20日 安室 奈美恵 (あむろ なみえ)	30日 東山 紀之 (ひがしやま のりゆき)

＼ こどもの歯のおはなし /

「虫歯が大きいと 銀歯になる？」



乳歯の虫歯治療を行う際に、銀歯に抵抗がある保護者の方は少なくありません。確かに銀歯になると見た目も気になるものです。

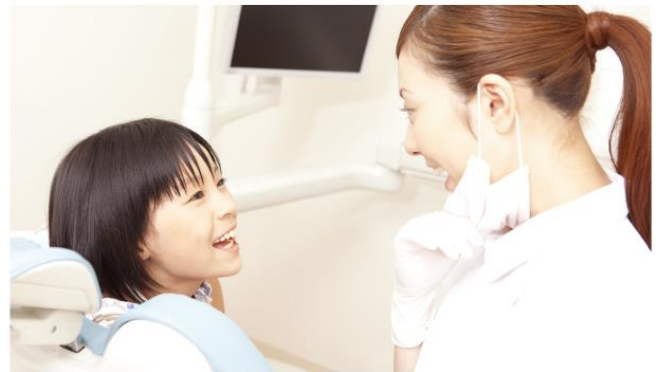
虫歯治療では、レジンと呼ばれる白い歯科用プラスチックで詰めることが多くあります。

ただし、すべての虫歯がこのレジンで対応できるわけではありません。

虫歯が大きいとレジンでは強度が保てないため、欠ける可能性も出てきます。そのため、大きい虫歯や神経をとった後は乳歯冠と呼ばれる既成冠が必要になることが多いでしょう。一度銀歯になるほどの大きな虫歯になってしまうと元には戻せません。しかし、他の歯が同じようにならないよう

予防することは可能です。

お子さまの虫歯治療で気になることがあれば、まずはかかりつけの歯科医院で相談してみましょう。



歯 ハ Ha クイズ!



子どもも歯周病にかかる可能性はある？

1 はい

2 いいえ

小学生くらいから 20 代くらいの若者が罹る「若年性歯周炎(じゃくねんせいししゅうえん)」という歯周病の病気があります。通常の歯周病よりも進行が早い傾向にあります。



正解は①

今ドキ! 気になる歯の情報



80歳で20本以上歯が残っている人は51.6%

自分の歯が20本以上あれば、入れ歯がなくてもほとんどのものを食べられるといわれています。そのため、厚生労働省は80歳になっても20本以上を保つことを目指す取り組みを進めてきました。

2022年に全国の2700人余りを対象に行われた調査では、20本以上の歯がある人の割合は75歳から79歳では55.8%、80歳から84歳では45.6%でした。80歳を推計すると51.6%となり、2016年の前回の調査より0.04ポイント増加しています。

厚生労働省は「歯の健康に対する意識の向上で、80歳でも十分に歯が残っている人は増加傾向にある。

今後もすべての年代を対象に歯科検診の受診率の向上に向けた取り組みを進めたい」とコメントしています。

ちなみに、過去1年間に歯科検診を受診した人の割合は58.0%で、特に30代から40代の男性の受診率が低い傾向だったことが分かっています。この世代の受診を促すことが今後の課題となりそうです。

知っ得! 歯のコラム

「フッ素塗布の虫歯予防効果とは？」

定期的にフッ素を塗布することで虫歯予防効果があることはよく知られています。

フッ素には、①歯質の強化②再石灰化の促進③虫歯菌の活動の抑制の3つの効果が期待できます。

ただし、1回フッ素塗布を受けただけでは十分な効果は期待できません。継続することが大切です。

歯科医院でのフッ素塗布はもちろん、フッ化物が配合されている歯磨き粉も効果が期待

できますよ。そのほかにもフッ化物洗口液も併用することでさらに効果が高まるでしょう。

虫歯リスクが高い方はぜひ取り入れてみてください。かかりつけの歯科医院でもフッ素による虫歯予防について相談してみましよう!

ばあ歯



今日から実践
ホームケア!

「子どもの虫歯は仕上げ磨きで防ごう」

「子どもの歯磨きはいつまで仕上げ磨きが必要?」と悩まれる保護者の方は少なくありません。

理想では、生え変わりが完了するまで。

だいたい小学校を卒業するくらいまでですね。

この年齢になると自分のことは自分でできるようになります。

また、生え変わり時期は歯垢が溜まりやすく虫歯になりやすい時期です。

だからこそ、生え変わりが完了するまで仕上げ磨きをしてほしいです。

子どもの方が嫌がるケースもあるかもしれませんが。

その場合も夜だけでもいいので、できる限り仕上げ磨きや磨き残しのチェックを行いましょう。

磨けていないところがあれば子どもに伝えてあげ、自分でも磨けるように促してあげましょう。

スマイルビューティー

ホワイトニングの効果を 持続させるためには?

歯を白くできるホワイトニングは人気がありますが、ホワイトニングには永久的な効果はありません。そのため、ホワイトニングで白くなったとしても、ある程度月日が経過すると色の後戻りが起こります。ホワイトニングの白さを維持するためには、定期的なホワイトニングの追加処置が必要です。また、定期的に歯科医院で専門的なクリーニングを受けることもおすすめします。歯磨きでは取れない着色やバイオフィルムを除去できるため、歯の表面もツルツルになり着色しづらい状態をキープできるでしょう。

着色しやすい飲食物を避けたり、飲食後の歯磨きを徹底したりすることでも白い歯をよりキープできますよ!



ベル歯くん



歯のお悩み



このコーナーでは、歯についてのお悩みについて、お答えしていきます！
「こういう場合はどうしたらいいの?」というとき、参考にしてみてください。



Q 麻酔が怖いです。
麻酔せずに虫歯治療をすることはできますか？

A 麻酔なしでも治療はできます。
ただし、虫歯の大きさや状態によっては
痛みが出やすいこともあります。
表面麻酔や細い注射針を使用するなど、
麻酔の際の痛みを極力抑えることも可能

です。
かかりつけの歯科医院で相談し、より
負担が少ない治療法を選択するといいで
しょう。

Q 歯がぐらぐらしています。抜かないとダメですか？

A どれくらい歯がグラグラしているの
か、歯がぐらついている原因などに
よって治療法は異なります。
状態によっては抜かずに保存できることもあ
ります。歯がグラつく原因は歯周病だけで

はありません。噛み合わせや破折などの原
因も考えられます。
まずはお口の中を検査し、原因を確かめる
ことが大切です。
早めに歯科医院を受診しましょう。

発行者

兵庫県三木市志染町青山 3-16-20
TEL : 0794-87-0099

ご予約は、今すぐお電話！
「予約お願いします」と、
お気軽にお電話くださいね。
いつでもあなたをお待ちしています。

0794-87-0099