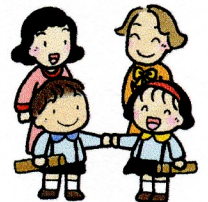


# そよかぜだより

2010  
3月号



そよかぜ歯科医院のURL  
<http://soyokaze-dc.com>



3月に入りましたが、暖かくなったり寒くなったりと、天候が安定しませんね。

しかし3月だけでなく、全体的に天候の変動が激しかった今年は、平年よりも桜の開花が3・4日ほど早いそうです。

今月末にはキレイな桜が咲いているんでしょうね。今からお花見が楽しみです。こちらの医院は、どなたかといってお花見の団子派ですが(笑)

そして、今月から新しいドクターが一人増えました!

「高鹿 志保(タカノ シホ)」先生です。毎週土曜日に診療しますので、よろしくお願ひ致します。



## オサダ 高圧蒸気滅菌器 Quick Clave DA-7



当院では患者様の治療に使った

器具を、洗浄→超音波洗浄→滅菌しています。

先月の超音波洗浄に引き続き、今回は当院の滅菌器の特徴についてです。

歯科治療は唾液に触れたり、出血を伴う処置が日常茶飯

事で、感染症に対する危険性がある現場といえます。

そこで、器具を洗浄した後に、滅菌を行なうのです。

### 滅菌とは…?

消毒とは「人体に有害な細菌を死滅させる」事であり、一般的にアルコールなどの消毒液(薬液)を使いますが、**滅菌とは「全ての細菌を死滅させる事」**です。

当院で使用している高圧蒸気滅菌器とは、適当な温度と圧力のかかった飽和水蒸気中で、対象物(器具など)を加熱することによって全ての細菌を殺滅する方法です。

このような原因の他にも、歯ぐきによって歯が削れてシミになる場合や、むし歯が神経に近かったためにむし歯を処置後、歯の周りに神経が露出するまでシミになる場合、もあります。次回からは、知覚過敏のそれぞれの原因に合った処置法についてお話ししたいと思います。



歯周病で歯ぐきが退縮してしまい、歯根が表面に露出しています。そこから外部からの刺激が神経に伝わり、歯に痛みを感じます。

過剰なブラッシング圧や噛む圧などで、歯の表面(エナメル質)が削れています。

象牙質が表面に露出し、そこから神経に伝わり、歯の痛みを感じます。



### どうして知覚過敏になっちゃうの??

よく耳にする「知覚過敏」という言葉。簡単にいうと、ムシ歯でもないのに冷たいものなどで歯がシミるという状態です。冷たいものを食べた時・冷空氣を吸った時・歯ブラッシングした時など、日常生活でヒリヒリとシミたりする事はありませんか? それは…知覚過敏かもしれません。

### 知覚過敏って…?

### アレ??なんだかシミるかも…

## お花見に持って行きたい!!

もうすでに、頭の中がお花見モードなので…(笑)  
お花見にぴったりなレシピでもどうぞ(^-^)/

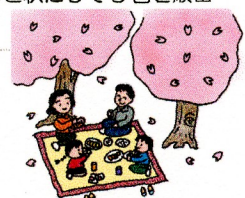
### ★お花見三色団子★

材料 { 白玉粉…100g 砂糖…140g 水…カップ1  
片栗粉・打ち粉…適量 食紅・食緑…少々

- ① 白玉粉に少しずつ水を加えながらよく溶いて、それを3等分に。
- ② 分けた1つは食紅を水で溶いて混ぜ、もう1つは食緑を同じように混ぜる。
- ③ 耐熱容器に1つずつ入れてラップをして、まずは電子レンジで40秒。木ベラで練り、さらに40秒かけてから、砂糖 1/6 を加えて混ぜる。また40秒レンジにかけて練ったら、また砂糖 1/6 を加え、最後に20秒。(これを、各色ずつやります)
- ④ 打ち粉をして、それぞれを4等分して熱をとり、丸いだんご状にして3色を順番に串に刺す。



他にも、昆布で炊いたご飯に桜の塩漬けを混ぜ込むだけで、一口大に丸めれば簡単な「手鞠ご飯」の出来上がり! そこにゴマをかけてみたり、錦糸卵を乗せれば彩りも鮮やか。また、お魚とカリなどで押し寿司風にすれば、お酒も進みますね



## 院長から

今月から知覚過敏症についてお伝えしたいと思っています。寒いときにも多い症状です。歯磨きで対応できるケース、歯周病により、歯肉が短縮したためになるケースなど多種多様です。ちなみにアイスクリームを食べるとシミるケースは生理的範囲と言われていますし、症状の改善は少ないとも言われています。

シミテクトなどをはじめとして色々な歯磨きが販売されています。とても効果的ですが、一概に全てのケースにはあてはまらないことがありますので、歯科医院でチェックすることをお勧めします。