

そよかぜだより

2016 9月号

そよかぜ歯科医院のURL
<http://soyokaze-dc.com>



九月(長月)

九月になっても暑い日が続いておりましたが、朝晩は過ごしやすくなってきましたね。お風はまだ蝉が鳴いていますが、夜になると「オロギや鈴虫の鳴き声が聞こえてきて、少しづつ秋の気配を感じるようになってきました。秋になりますと、読書の秋、食欲の秋やスポーツの秋など、さまざまな〇〇の秋があります。気候的に涼しくなっていくと過ごしやすくなり、少し落ち着いた時間かといわれる「秋」の機会に興味があったけど、なかなか挑戦できなかったことにも挑戦してみてもいいかな? 皆様も、自分ならは「〇〇の秋」を見つけて、素敵な秋を過ごしてください。



お月見



もうすぐお月見ですね。お月見と聞くと、お月見団子が浮かびます。お月見団子が丸いのは、満ち欠けをする月が満ちる姿を模しているからで、豊作祈願や収穫祝いに加え、ものごとの結実、健康や幸福をあらわしているそうです。ところで、みなさんはお供えするお団子は幾つお供えするか知っていますか? 十五夜には、十五にちなんで15個お供えします。また、1年の満月の数にあわせて12個(閏年には13個)にする場合があるそうです。十三夜には13個だそうです。お供えしてみたいかがでしょうか?

幼児期の口腔内特徴

今回は、幼児期の口腔内特徴をお話します。幼児期は、3歳から6歳の時期を言います。幼児期の口腔内は、乳歯が生えそろいかみ合わせが安定する時期です。食べ物を沢山食べるようになります。その中で、甘いものを食べたり飲んだりする機会も増える時期でもあります。

生活環境によって影響を及ぼすのが、むし歯です。実際、3歳から6歳で80%近くの子供がむし歯になっているのが現状です。乳歯がむし歯になった場合、永久歯がむし歯になるリスクが高くなります。また、歯並びにも影響が出てくる場合もあります。生活環境によって大きく影響することから、食事の与える時間を決めたり、なるべく糖分の少ないものを与えるなど、気を付けなければなりません。また、食後の歯磨きも重要になってきます。その他、気を付けなければならぬことがあります。日常生活の中で、テレビなど夢中になっているときに、口をポカーンと開けていたり、上下の歯の間に舌が出たり、飲み込むときに、舌が舌出し歯を押すような動きをしていることはありませんか。この動きを、舌癖(せつへき)といいます。舌癖のある人は、飲み込むたびに舌で歯を押していることになり、そのため、出っ歯、歯間がすきつ歯などの歯列不正、上下のアンバランスなみ方、舌たらずな発音を起します。

舌癖を治すには、舌癖の特徴である舌を前に出す癖とお口の周囲の筋肉のゆるみを改善する必要があります。これらを改善するためにMFT(口腔筋機能療法)と呼ばれる訓練を行います。その他にお口の周囲の筋肉(口輪筋)を鍛える為の道具がありこれを併用して、舌癖を治していきます。



MFT 訓練後に歯列矯正治療をした症例

新しいスタッフの紹介

こんにちは。
歯科衛生士の佐藤美貴です。
5月から勤務させていただいて、早いもので4ヶ月が経ちました。
これからも、みなさんのお役に立てるよう頑張ります。
どうぞよろしくお願い致します。



院長の心

夏休みも終わり、これから秋になりますが、最近、九月に入ってもまだ30℃以上の暑い日が続いています。さらに今年は台風の当たり年のようで日本列島に上陸する回数が多いようです。この後に控える実りの秋に影響がなければと懸念しております。
大きな休みの後に陥る現象としてやる気モードになかなか入らない現象が挙げられます。俗にいう5月、ゴールデンウィーク後に起こる5月病、夏休みやシルバーウィーク後に起こる10月病などがあります。
このような現象を防ぐためにこの時期に何か目標を設定することが大切なのです。そのため、この時期に学校では中間試験や期末試験を行ったり、運動会などのイベントを作り、集中できる環境を作るのです。私たちもこの時期に個人個人でイベント作り、何か目標をつけるのも良いと考えます。