

# そよかぜだよ

2012  
8月号

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



8月に入り、夏本番ですが暦の上ではもう立秋となります。暑い夏の太陽に似合うヒマワリもそろそろ秋の花に徐々にバトンタッチとなってきます。とはいえ、まだまだ暑い日が続きます。熱中症に気をつけて、水分、ミネラル、塩分をとり、朝顔や、ヒマワリのようにみずみずしく元気に夏を乗り切りましょう！

## 夏の飲む点滴——甘酒

甘酒は、夏に冷やした物、または熱した物を暑氣払いに飲む習慣があったようです。俳句では現在も夏の季語となっています。栄養豊富な甘酒は体力回復に効果的だとして江戸時代には夏の風物詩だったそうです。甘酒にはビタミンB1、ビタミンB2、ビタミンB6、葉酸、食物繊維、オリゴ糖やシステイン、アルギニン、グルタミン酸などのアミノ酸、そして大量のブドウ糖が含まれていて、これらの栄養は栄養剤としての点滴とほぼ同じ内容であることから、「飲む点滴」！ジャパニーズヨーグルトとしても人気がでているようです。長生きの国は、どこも発酵食品があるようです！

今回は、3DSについてです。  
3DSとは、3つのD、Dental Drug Delivery System(デンタル・ドラッグ・デリバリー・システム)の略で、抗菌剤により虫歯や歯周病の原因菌を殺菌し、虫歯や歯周病の予防を行う方法です。ご自宅で行なうホームケアです。

## 《虫歯の原因菌》

主にミュータンス菌という細菌が原因と知られています。ミュータンス菌が糖質から粘着性の菌の塊(バイオフィルム)をつくります。バイオフィルムは水に溶けません。歯面に付着して酸を出して、歯を溶かします。これが虫歯ができる仕組みです。他にもこのバイオフィルムは歯肉が腫れる原因にもなります。

## 《歯周病の原因菌》

主にジンジバリス菌などの細菌で、空気を嫌うため歯周ポケット内に多く存在します。これらの菌がバイオフィルムをつくり、毒素を出して歯の埋まっている骨を溶かします。

これらの細菌はブラッシングでは取り除くことはできません。細菌の数も人それぞれです。一生懸命ブラッシングをしているのに何度かになってしまふ。これは虫歯の原因菌ミュータンス菌が多いためです。

こんにちは！  
6月半ばより毎週水曜日にお世話になることになった植木克昌です。普段は松戸の大病院にて義歯、かぶせ物などを専門に診療を行なっています。  
患者さんを治したい！を合言葉にそよかぜ歯科で頑張っていきたいと思えます。とはいっても、まだまだ未熟な部分も沢山ありますのでどうぞよろしくお願い致します。

## 院長から

今回は3DSについて記載しました。現在、歯周病の予防処置はだいぶ根付いてきていますが、それだけでは治療が困難な場合があります。また、むし歯の予防処置も歯の生え方などによっても困難なケースもあります。  
また、治療や歯磨きはこれらの歯の病気に対して即時的(一時的)にその効果を発揮しますが、持続的な効果を発揮することができません。  
そこで、持続的な予防効果を持たせることを可能とする方法としてこの方法が開発、行なわれております。更なる健康づくりの一環としてご利用してください。ご興味がある方はスタッフのほうにご連絡ください。