

# そよかぜだより

2014  
3月号

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



## 三月(弥生)

まだ朝晩の寒気が続きますが、日中の気温はやや春めいてきました。フキノトウが顔を出しはじめ、桜の開花が近くなってきました。この頃です。

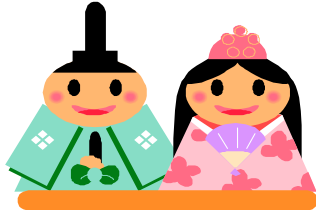
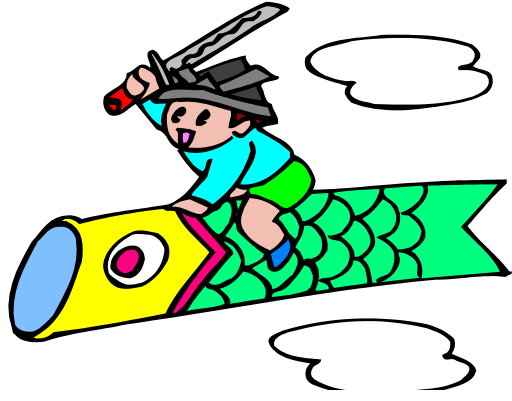
この時期、卒業式の季節でもあり、寂しい季節でもあります。4月からの新しい生活に胸膨らむ人も多いことでしょう。何かと生活も不規則になりがちな季節でもあります。健康には留意してください。

## ゴールデンウィークの日程

4月29日(祝)は通常通り診療を行います。

5月1日(木)～5月6日(火)は休診とさせていただきます。

宜しくお願い申し上げます。

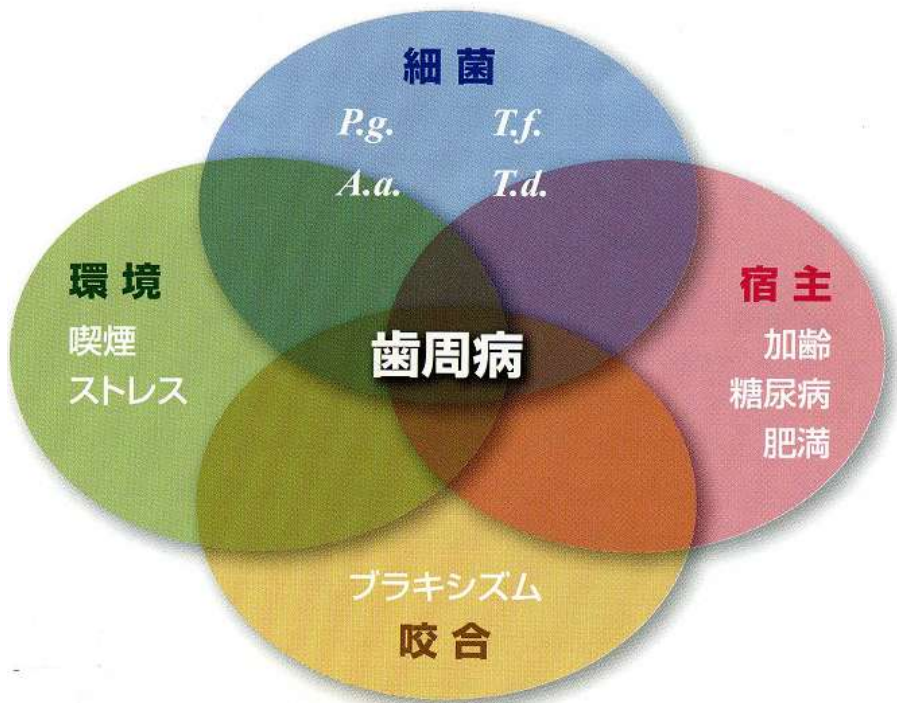


## 歯周病のリスク因子

歯周病は、細菌因子に加え、加齢、糖尿病、肥満といった宿主因子や喫煙、ストレスといった環境因子、ブラキシズムによる咬合因子が複雑に関係することで発症し増悪していきます。

口腔内を清潔に保ちプラークコントロールの基本となるブラッシングは口腔内のバイオフィルムを破壊する方策としても重要です。歯ブラシにも手用歯ブラシや電動歯ブラシなど好みによって使用する人が分かれれます。

とくに幾つかの特徴的な動きをする電動歯ブラシはスクラビング振動(横磨き方向)、歯ブラシの毛先が反復回転や音波振動、超音波振動するものなど様々な種類がありますが、それらのプラーク(歯垢)の除去力や歯肉の炎症に対する有効性が特に期待されています。



## クリーンスタッフ・榎並くん

院長先生をはじめみなさま今まで本当にお世話になりました。明るく元気な職場で自分自身もとても楽しく働くことができました。

本当にありがとうございました。

## 院長のS

従来、歯周病はむし歯と同じように口腔の中の細菌によって罹る病気と考えられてきました。最近ではそれだけでなく、生活習慣病のひとつとも考えられています。その原因となるプラーク(たべかす)が原因で心筋梗塞、脳梗塞や胃潰瘍を引き起こすことが報告されています。このような現象をストレスや喫煙などによって助長されると考えられます。さらに、生活習慣病の糖尿病とも併発するケースが多いことが知られておられます。

歯が痛む前に治療を受けることはもちろん、重篤な病気の予防策としてお口の清掃は今日において欠かせない因子になっておられます。

年齢を重ねてもQOLを達成するために歯科の取組をお勧めします。