

そよかぜだより

2016 6月号

そよかぜ歯科医院のURL
<http://soyokaze-dc.com>



六月（水無月）

六月になり、関東地方もいよいよ梅雨入りの季節となりました。雨の多いので湿度が高くなりジメジメと感じる方も多いかと思えます。

この時期、特に気を付けたいのがカビの発生です。カビはシミ・ムシ・カビ・カビ菌などの原因となり、アレルギーを好みます。カビの発生を防ぐために、まずは換気をしっかりと行い、風通しを良くしましょう。雨で窓が開けられない場合は、扇風機や除湿機を活用しましょう。

また、雨の日の通勤・通学や外出が億劫と感じてしまいがちですが、最近では、インフルエンザも可愛らしいデザインも便利なアイテムが多く揃っています。ぜひ、お気に入りのアイテムを見て、雨の日も楽しく過ごしましょう。

6・7月担当医・衛生士診療変更のお知らせ

- 院長先生
6月25日（土） 同窓会会合のため午後休診
- 伊藤 誠康先生
6月17日（金） 学会出席の為、休診
6月20日（月） 診療
7月 8日（金） 大学講義のため休診
7月11日（月） 診療
- 中島 義雄先生
7月 9日（土） 午後休診
- 佐藤 美貴
7月 8日（金） 休診



乳幼児期の身体的特徴

新生児期の約半年を終えると原始反射が消失し、離乳期に入ります。乳幼児期のはじまりです。この時期から味覚が徐々に発達します。歯も下の前歯が生え徐々に乳歯列ができてきます。歯が一本生えるごとに、食事や流動物から固形物の咀嚼が可能になってきます。離乳期については後の号でもまたお伝えします。

身体の特徴として先ず筋力の発育が挙げられます。はじつな運動から始まり、四肢筋力が付き、次第に捕まり立ち、立ち上がり、そして歩きだします（12カ月～18カ月）。さらに精神発育面では1歳児では「自立の芽生え」、2歳児では「走る子供」（面白年齢）、3歳児では「何でもする年齢」（楽い年齢）、4歳児では「発見する年齢」、5歳児では「自信を持つ年齢」とみるみるうちに成長するようになり、わがわがと思えます。このように大きく成長する時期ですので、成長に伴う異常や生活習慣においても悪習癖がある場合があります。これらにおいては早期発見、そしてうまく改善できる年代でもあります。その中でも口に関連する癖を「口腔悪習癖」と言います。挙げられるものとして指しゃぶり、口呼吸、歯ぎしり、爪噛みなどがあげられます。

このような癖はものだけではなく、口呼吸のように咽頭の肥大や体の代謝に影響を及ぼす場合があります。特に鼻呼吸できない何かの理由があるため、その原因対処が非常に重要と考えます。指しゃぶりに関しても1、2歳であれば比較的問題にはならないのですが、4歳以上でも消えない場合は、前歯の限局的な歯列不正あわせて、常時唇が閉じない（閉口不全）状態、さらには口呼吸につながる場合が少なくないので積極的な対応が必要と考えます。



乳幼児期の指しゃぶりが原因で永久歯列が歯列不正になったケース（口腔機能へのアプローチ）
デンタルハイジーン別冊より抜粋

父の日

6月19日は父の日です。父の日の由来は1909年、アメリカ・ワシントン州のソノラ・スマート・ドットという女性が、男手一つで自分を育ててくれた父を讃え、教会の牧師にお願いして、父の誕生月である6月に礼拝してもらったことがきっかけとされています。

ちなみに母の日に贈る花はカーネーションですが、父の日に贈る花は、バラだそうです。理由は、ソノラが父の墓前に白いバラを備えたからとされています。

ちょっと忘れられがちな父の日ですが、日ごろの感謝を込めて、バラの花やちょっとした小物などプレゼントしてみるのもいいかもしれませんね。

院長より

今年は、5月中旬から天候にも恵まれ、過ごしやすいう日も続きました。朝夜はとも涼しく、睡眠もしっかりとれた方も多いと思います。6月に入り、天気も不安定になる日も多くなり、俗に言われる「梅雨の走り」に入りました。今年は梅雨が長いと予想されています。

これからの高温多湿の気候では、食中毒などの細菌感染が多く、体調不良を訴える方が多くなります。お口の疾患特に、歯周炎の急性発作など、体調の変化や高温多湿で細菌が繁殖しやすいことなどが原因に挙げられます。お気を付けてください。

その他、じめじめした天候で気分も乗らない方も多いかと思いますが、綺麗なあじさいを鑑賞するなり、梅雨の合間の晴れた日に気分転換するなど、精神衛生上の管理も気を付けられるといいかと思えます。