

そよかぜだより

2018 6月号

そよかぜ歯科医院のURL
<http://soyokaze-dc.com>



六月（水無月）

いよいよ関東地方も梅雨の時期となりました。梅雨の語源の一つとして、「この時期は梅の実が熟す頃である」といわれる説があります。

梅雨の時期、特に長雨の場合は日照時間が短いため、最低気温と最高気温の差が小さく肌寒く感じたり、晴れて気温や湿度が高い「梅雨晴れ」があったりと気温の変化が激しく体調を崩しやすくなります。また、気温と湿度が高くなることにより熱中症も起こりやすくなりますので、無理をせず、しっかりと体調管理をして、梅雨を乗り切らしましょう。



医院・担当医診療変更のお知らせ

6/22（金） 伊藤 誠康先生 終日休診
日本歯科補綴学会参加の為
（院長先生 通常通り）

6/25（月） 伊藤 誠康先生 終日診療

6/30（土） 蔦森 麻衣先生 終日休診

8/9（木） 医院 終日診療
（9:00～13:00 14:30～18:00）

8/11（土）～8/16（木） 夏季休暇

若年性歯周炎について

歯周病は誰でも感染する可能性のある病気ですが、年齢が高くなればなるほど、発症リスクは高くなり、感染しやすくなります。ほとんどの人の場合、慢性的な歯周炎に分類されます。

歯周病の中でも重症化しやすいといわれているのは、侵襲性歯周炎で若年性歯周炎ともいわれています。特徴としては十代、二十代で発症し、通常の歯周炎よりも短期間で急速に進行します。全顎的ではなくある一定の歯に対して発症し、一般的な歯周治療では治らないことが多い傾向があります。家族が似たような症状を持っている場合もあります。

侵襲性歯周炎を招く原因の一つとして、若年層の免疫力の低下にあります。近年の若年層はストレスや運動不足により免疫機能が低下していること、少々のフックでも歯周病になったこと、喫煙や歯磨き不足、特定の歯周病菌が関係していること、Ag菌とDkk1、白血球の働きを弱めてしまう為、免疫力低下につながる歯周病の進行を早める原因になります。Ag菌は、免疫機能の遺伝や夫婦、親子の間での感染などが考えられます。家族とは生活習慣が似ていることから、十代でも歯周病にかかっていることがあっても、その注意が必要になります。

日本の全人口で見ると、侵襲性歯周炎の患者さんの割合は低いですが、小さい頃から歯周病ケアが大切になります。小さいうちからきちんとした歯磨きの習慣をつけていれば、リスクを下げることができます。歯周病ケアの大切さを教え、磨き残しのチェックや仕上げ磨きをしてあげましょう。また、定期的な検診を受けることにより、早期発見をすることができれば進行を止めることができます。少しでも異変に気が付いたら早めに受診しましょう。



ジューン・ブライド

ジューン・ブライドとは、直訳すると6月の花嫁となり、6月の結婚という意味です。欧米では古くから、6月に結婚すると生涯幸せな結婚生活ができるという言い伝えがあります。これは、ギリシャ神話の主神ゼウスのお妃ヘラ（ローマ名ではユノ、英語名ではJuno）という女神が由来だそうです。ヘラは最高位の女神で、結婚・出産を司り、家庭・女性・子どもの守護神と云われており、ヘラが守護している月が6月のため、英語で6月がJuneとなりました。また、ヘラを祭る祭礼が6月1日に催されたことから、結婚式を6月に挙げると女神ヘラに加護を受け、生涯幸せになれるという習慣ができたといわれます。

梅雨本番

梅雨本番、気圧が上下する日が多いため、自律神経のバランスが崩れる季節でもあります。疲れが貯まったり、心身のストレスが貯まったりなどの原因により、食欲不振、睡眠不足、あるいは睡眠の質が低下するなど色々なことが起こる季節でもあります。

なぜかお口の中も例外ではないようです。身体の免疫力が低下することにより、歯周病の急性発作を起し、歯肉を腫らして来る方、歯の根の先に膿を持ち出した方、さらには知らず周囲の歯肉を腫らして来る方が非常に多い時でもあります。

予防策としては

- ① 朝食を軸とする規則正しい生活がおこなわれる。
 - ② 日頃の生活の時間をうまく活用して適度な運動を行なう。（散歩、ストレッチなど）
 - ③ 身体を綺麗にして血行をよくする。（歯も例外なく）
 - ④ 心身がリラックス出来る時間をとる。
- 是非活用してください。