

そよかぜだより

2019 2月号

そよかぜ歯科医院のURL
<http://soyokaze-dc.com>



二月（如月）

第三大臼歯の処置について

早いもので、新年を迎えてから二か月が経ちましたね。まだまだ厳しい寒さが続き、インフルエンザや風邪で体調を崩しやすいので、体調管理にはお気を付けてください。インフルエンザが流行している中、そろそろ花粉が飛び始め、花粉症の方にほろほろ季節がやってきます。今年の冬は、暖冬と言われており、花粉の飛散が早いと予想されています。花粉症の症状として、くしゃみ・鼻水・鼻詰まり・目のかゆみなどがあげられます。アレルギー対処薬の抗ヒスタミン薬を服用していたり、鼻詰まりしているとお口で呼吸を行うため、お口が乾燥しやすいので、むし歯や歯周病が悪化しやすい状態になります。いまめじつがごとく、歯磨きを心がけてください。

お知らせ

● 蔦森麻衣先生が、3月を持ちまして退職されます。

◇ 蔦森麻衣先生より一言◇

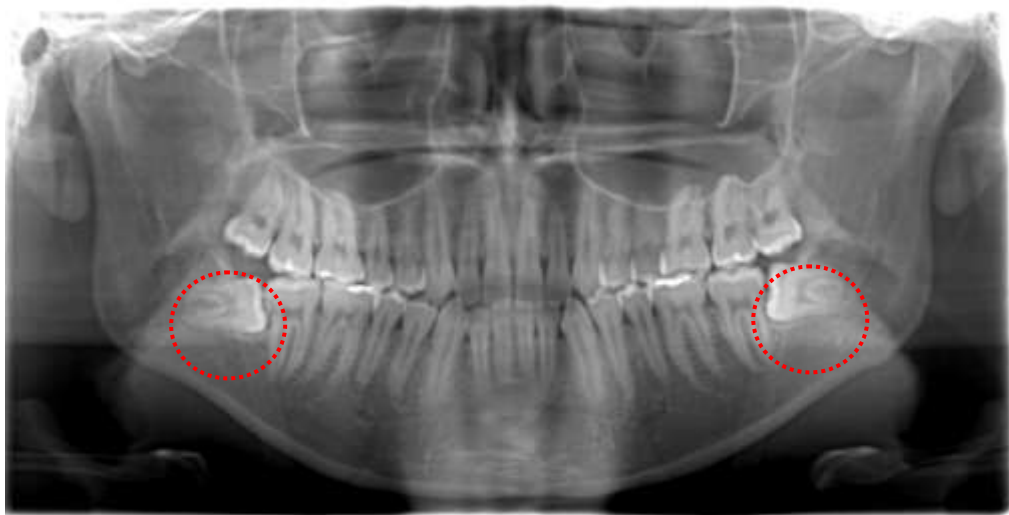
短い期間ではありましたが、大変お世話になりました。こちらで得た経験を生かし、これからも歯科医療に貢献できるように頑張っていきたいと思っております。



今回は第三大臼歯（智歯あるいは親知らず）についてお伝えしたいと思います。決して異常な歯ではありません。しかし日本人は顎骨が小さいため、一番奥の歯が通常の歯のように生えるスペースがないことから斜めになったり、水平方向になったりします。そのため、歯の周りに汚れが貯まり、歯肉が炎症を起すことがあります。もしくは親知らずが埋伏している状態で前の歯を水平方向から押すために、前の歯のかみ合わせが悪くなり痛みがでるケースなど様々です。下のエックス線写真の赤の点線の中が親知らずです。

親知らずが通常の歯同様にまっすぐ萌出している場合には比較的歯ブラシも容易に行えるため、通常の治療が可能です。

親知らずの萌出の平均は約17歳前後です。受験勉強など免疫力が低下した場合や歯磨きが行き届かない場合に症状が出ます。最初は症状を納めなければなりません。計画的な通院をお勧めします。



チョコレート



2月は、バレンタインがありチョコレートを召し上がる機会が多いかと思います。

古くからチョコレートが健康にいいと言われる最大の理由はポリフェノールの一種、カカオ・ポリフェノールが含まれているからです。この成分は赤ワインや緑茶でもおなじみですが、チョコレートの含有量は、赤ワインの2倍以上です。ポリフェノールには、がんや動脈硬化などの病気の原因を引き起こす活性酸素の働きを抑え、血中の悪玉コレステロールや酸化を防ぐ抗酸化作用があります。その他、胃潰瘍やアレルギーの予防、ストレス、美容界ではエイジングケアへの効果も注目されています。

院長より

今年もはや一か月半が過ぎています。寒さも本番となり、雨の日が少なく、低温乾燥状態が続いています。そうなる風邪、インフルエンザウィルスの感染を多く耳にします。今年は早い時期にインフルエンザウィルスの感染が危険水準に達したため、周りでも発症した方が少なくないと思います。このような年は一回発症する方も多いようです。いままではインフルエンザA型が多いようですが3月からはB型が多く発症するようになるのでご注意ください。

インフルエンザのほかに注意を要するものとして花粉症があります。今年は乾燥していることや杉の花粉量が多いことなどが挙げられ、症状が重い方が多いかもしれません。最近では免疫療法なども多用されていますので自分に合った療法を医療機関で相談されてはいかがでしょうか？

いずれにしてもマスクを離せない季節です。健康に留意してください。