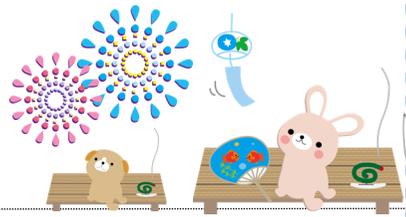


歯っぴい 8月号



残暑お見舞い申し上げます。

毎日うだる様な暑さが続きますね。

インターネットのYahoo!ホームページのトップページに熱中症指数があるのをご存じですか?連日もっとも危険な状態が表示されています。十分な水分補給に気を付けましょうね。



先日、夏バテ防止と思ってウナギを食べました。少しは元気が出たような気がします。皆さんは夏バテ防止にどんな対策をされていますか?



歯の豆知識～噛むことの8大効用～

歯と口の状態がよくなないと、食事をする楽しみが減ってしまいます。また、栄養の摂取がうまくいけなくなり、活動のためのパワーが出ません。食べ物をよく噛む事で、次のような多くの効用があります。



- 肥満を防ぎ、生活習慣病を予防する
- 味覚の発達を促進する
- 言葉の発音がきれいになり、顔の表情も豊かになる
- 脳の働きを活発にする
- 歯の病気を防ぎ、口臭を少なくする
- ガンを防ぐ
- 胃腸の働きを促進する
- 元気が湧き、ストレス解消につながる

雑学いろいろ～歯と口に関する言い伝え～

抜けた上の乳歯を床下へ、

下の乳歯は屋根の上に投げれば歯がちゃんと生えてくる



昔から「健やかな身体に育つように」という願いを込めた言い伝えやおまじないは各地に多く伝えられています。

上の乳歯を床下へ、下の乳歯を屋根上へ投げるのは続いて生えてくる永久歯をその方向へちゃんと導いてくれるように、というおまじないです。

またその際「ネズミの歯のように強くなーれ！」や「ネズミの歯と変えてくれ！」というような願いを掛けることが多いようです。ネズミの歯が後から後から伸び続けることにあやかっただけでしょう。

同じようなおまじないは世界各国にあり、お願いする相手も、ネズミはもちろん、小鳥、カラス、すずめ、お月さま、聖ヨハネなど、多種多様です。



またお日様に向かって投げたり、畑に埋めたり、ネズミの巣穴に入れたり、パンに埋め込み動物に食べさせたり、という方法もいろいろです。

欧米には抜けた乳歯を枕の下に置いて寝ると、歯の妖精「トゥース・フェアリー」が集めにきて、代わりにコインを置いていく、という言い伝えがあります。妖精はきれいな乳歯しか持って行ってくれないということですから、虫歯予防のための戒めになっています。

新スタッフ紹介(常勤歯科医師)



中西 俊介(なかにし しゅんすけ)

趣味:音楽、アウトドア、好きな言葉:一期一会

患者さんへのメッセージ:皆様とのつながりを大切に、笑顔になれるような診療を行って行きます。



クロスワードパズル

クロスワードにチャレンジ！完成したら受付に持って来てね。プレゼントが待ってるよ



(1) (A)		(3)	■	(5)
『カギ』	■	(B)	(4) 『カギ』	
(C)	(2) 『カギ』			■
(D)		■	(E)	(6)
	■	(F)		

答え

タテ

- (1) 原産地はブラジル。〇〇〇〇茸に含まれる多糖体 (βグルカン) は免疫力をアップさせると言われている。
- (2) 〇〇海綿状脳症 (BSE) には、プリオンとよばれる異常たんぱく質が関連している。
- (3) 〇〇〇が達成できなくて・・・上司に怒られストレスがたまる。
- (4) 〇〇〇〇を漢字で書くと「公孫樹」。葉には多くのフラボノイドを含んでいて、サプリメントとしても有名。
- (5) 鍋物・煮物では〇〇を取ると美味しくできます。
- (6) 大豆から作られる発酵食品。朝はやっぱり「ご飯と〇〇汁」ですね。

ヨコ

- (A) バリン・ロイシン・イソロイシン・システイン・・・これらは、〇〇〇酸の種類です。
- (B) 表現やお意味がよく似た句・俳句を〇〇〇という。
- (C) 関節痛。患部が腫れて熱を持つこともある。温泉で〇〇〇〇の湯治を行う人もいます。
- (D) 〇〇で髪をといていると抜け毛が・・・。
- (E) 裏目に出ること。〇〇がはずれる。
- (F) 〇〇〇は、生き物が作り出すたんぱく質であり、生体内の化学反応を触媒する。

☆医院からのお知らせ☆

経済レポート (8月10日発行) に第2アルファ歯科が掲載されました。

外来は土曜日午前のみ



訪問歯科診療の様子

【医】アルファ (井原市西江原町979-1、佐藤和良理事長) の経営する第2アルファ歯科 (同町935-1、電0866-63-3918) は、外来診療を土曜日の午前のみとし、訪問歯科診療を主体とした。

同歯科は2012年8月に開業。高齢化社会の中で、歯科の訪問診療の必要性を感じており、開業当初から通院できない訪問歯科診療、訪問口腔ケアという、ケアを入れたてきた。1年間運営し、ケアマネジャーや患者の家族からの相談、往診している内科医からの紹介

介など、依頼件数が増えているという。

訪問歯科診療は、歯科医師や衛生士が、患者の自宅や入所施設に向いて治療、口腔ケアサポートに当たる。ポータブル機器により、大抵の治療が現場で可能になっている。全身の状態を監視できるモニターも使用し、安心して治療を受けられるのは、治療だけでなく、口腔ケアも受けられること。定期的な口内のメンテナンスを受診することで、誤嚥性(ごえんせい)肺炎の発症リスクを下げられるとしている。



第2アルファ歯科

訪問歯科診療主体にも対応

第2アルファ歯科 訪問口腔ケアにも対応

第2アルファ歯科 (訪問診療) のご案内

予防歯科とメンテナンスを主体とした診療と、もう一つの特徴として歯科医院に通院できない方、寝たきりの方の歯の往診を行っています。

歯が痛いとか、入れ歯が合わないけど通院できず我慢している方がいらっしやいましたら、まずはお気軽にご相談ください。

往診予約専用ダイヤル
(0866)63-3918

訪問歯科診療の進め方

