

2009

しみデン伝

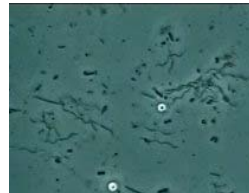
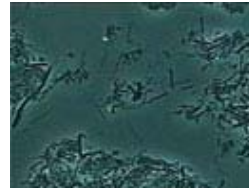
7月号

Q2. どうして歯周病になるの？

A. 歯周病はプラークの中にいる歯周病菌によって引き起こされます。虫歯菌もそうですが歯周病菌はもともとのお口の中にいません。ではどのようにお口の中に入ってくるのでしょうか。先月号でもお話したとおり、歯周病は感染症なので人から人へと感染します。たとえば回し飲みや回し食い、キス、くしゃみなどから感染します。しかし感染したからといって必ず歯周病になるわけではありません。お口の中がきれいな状態だと歯周病菌は増殖しないのです。プラークがたくさんついて時間が経つと悪玉菌であるカビ菌が増えてきます。カビ菌は歯周病菌にとって居心地のいい環境なのでそこで住み着いて増殖してしまうのです。つまりお口の中が清潔であれば心配はないのです。当院では顕微鏡を使って歯周病菌に感染していないか、カビ菌が増えていないか検査をおこなっております。お口の状態を把握し歯のクリーニングや正しいブラッシングで歯周病予防していきましょう！

歯科衛生士 鈴木由美子

顕微鏡で見ると
このような菌が
確認できます☆



夏野菜は、自然の夏バテ予防剤。たっぷりの水分を含むため、体温を下げて、種々のビタミンは体の調子を整える働きをします。

トマト 老化防止やガン予防、さらに余分な塩分を排出し、高血圧や動脈硬化も予防してくれます。

きゅうり 身体にこもった熱を取り除く作用や、アルコール代謝を促す働きがあり、夏バテ予防・二日酔いに効果があります。

ナス ナスに豊富に含まれる食物繊維は、便秘を改善し大腸がんを予防、火照った体を冷やしてくれます。

かぼちゃ 細胞の老化を防止や免疫力を高め風邪を予防してくれます。

他にも枝豆やとうもろこしなど夏野菜は栄養満点です！毎日食べて健康な体を保ちましょう。



で体を元気にしよう！

夏野菜



こんにちは！みなさんいかがおすごしですか？夏休みの予定はもう決まりましたか？これから暑さが増し、日差しも強くなるので外出の時は日焼け対策、水分補給をしてしっかり体調管理をしていきましょう！

夏休み虫歯予防キャンペーン☆

虫歯菌の量を知ろう！

日本人の90%が感染していると言われている虫歯菌（ミュータンス菌）。ご存じの方も多いと思いますがミュータンス菌はお父さんやお母さんから感染します。そんなお口の中のミュータンス菌の量を測定する検査方法があります。これは唾液をとってその唾液中の菌の量を15分で調べる方法です。検査結果は多、中、少の3段階を色で判定します。この検査を8月の夏休みを元気に過ごす子供たちに、**特別価格100円**で行います。また大人の方には、**お試し価格200円**で行います。

詳しくはスタッフにお尋ねください☆

虫歯菌の量を知ることによって、自分に合った予防方法と一緒に考えましょう^o^

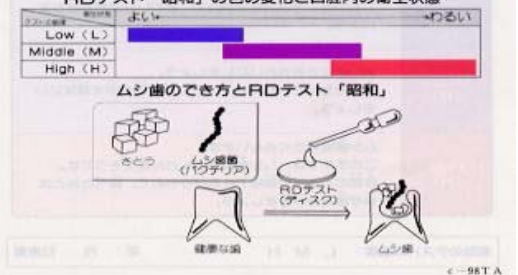
新商品のお知らせ☆



6月から新しい予防ケア商品が仲間入りしました！このメルサーシユクリアジェルは虫歯予防効果のあるフッ素はもちろん、イソプロピルメチルフェノールという歯周病に効果的な成分が配合されています。研磨剤や

発泡剤が入っていないので、電動歯ブラシをお使いの方にも心地よく使っていただけます！そして、すっきりとした味のアップルミントフレーバーとお子様用のほんのり甘いピーチフレーバーがとても美味しいです！控え目な味なので甘いのが苦手・・・という方にもとてもお勧めです！こちらは通常の歯磨き粉としてはもちろん、歯磨きの後に仕上げに塗っていただくより効果的です。私たちと一緒にむし歯予防していきましょう☆

RDテスト「昭和」の色の変化と口腔内の衛生状態





☆7月の診療予定☆



西口 7月5日（日）7月18日（土） 矯正（Dr.清水佳子）診療致します。

東口 7月4日（土） Dr.清水はセミナーの為休診致します。
 7月23日（木） 口腔外科の Dr.茂木が午前中診療致します。
 Dr.佐藤も通常通り診療致します。
 7月25日（土） Dr.清水は宮崎のこくぼ歯科に見学の為休診致します。
 7月31日（金） Dr.清水は帯広で食育フェア参加の為休診致します。Dr.佐藤が代診致します。



月	火	水	木	金	土
清水 最上	清水 中西	佐藤 榎本	最上	最上	佐藤
佐藤	佐藤	清水	佐藤	清水	清水 榎本

当院ではなるべくお待たせしないために完全予約制となっております。ご変更やキャンセルがありましたらお早めにご連絡ください☆

