

歯つらつ


2016年12月

249号

～発行所～

齋藤歯科診療所
由利本荘市美倉町 47-1

フシノヨイハニ

 0120-24-4182

FAX 0184-24-1440

www.saitoshika.net

～診療時間～

曜日:月曜日～土曜日
時間:午前 9:00～1:00
午後 2:00～6:00

～休診日～

日曜・祝日
第2・4木曜日

近年、日本人のお口の中への関心が高まっています。治療だけではなく、予防への意識も高くなっているのではないのでしょうか。定期的に歯科へ受診して検診をすることも一つだと思います。

ムシ歯を予防するにはブラッシングや食習慣の他に、フッ化物溶液による洗口や歯面への塗布があります。

洗口については、家庭で行うだけでなく保育園や小学校等でも行っていると思います。今号ではフッ化物の歯面塗布についてお話し致します。

フッ化物歯面塗布は歯科医院や保健所・保健センター等で、歯科医師・歯科衛生士が行います。

フッ化物歯面塗布は、乳歯

フッ素の歯面塗布について

の虫歯予防として、また成人では根面のムシ歯予防として実施されます。

使用薬剤は、リン酸酸性フッ化ナトリウム（APF）とフッ化ナトリウム（NaF）で、ジェルと溶液があります。



【塗布の方法】

*綿球・綿棒法

溶液またはジェルを綿球や綿棒に浸して歯面に塗布する

*歯ブラシ法

ジェルを歯ブラシにつけて通常の歯磨きの要領で塗布する

*トレー法

既製のトレーにジェルや泡状のものをのせ、口の中で歯面に接触させる

塗布後は唾液を吐き出し、三十分位うがいや飲食をしないようにし、薬剤の効果を継続させます。

フッ化物の歯面塗布は一度受けたから良いのではなく、3～6ヶ月に1回位、定期的に継続して受ける必要があります。

比較的高濃度のフッ化物溶液やジェルを使用するため、安全性も気になると思います。

一度に多量摂取すると、吐き気等の中毒症状も出ますが、通常の使用量では問題ないといわれています。

ムシ歯で歯を削ることは大

休診日のお知らせ

日	月	火	水	木	金	土
12月				1	2	3
4 休診	5	6	7	8	9	10 休診
11 休診	12	13	14	15	16	17
18 休診	19	20	21	22 休診	23 休診	24
25 休診	26	27	28	29	30 午後休診	31 休診

12月の休診日は右記の通りです。

◎年末年始の休診日

12月30日(金)午後～

1月4日(水)まで

年始めは1月5日(木)より通常通り診療致します。患者様にはご迷惑をお掛けしますが、よろしくお願致します。

今年も大変お世話になりました。良い年末年始をお過ごし下さい。また、来年も皆様にとって良い年でありますように。

変なストレスになると思いますが、ムシ歯にならないように予防することも考えてみるのも良いのではないのでしょうか。

— 新田 —

ある日のスタッフ

今月は歯科衛生士の三浦睦子です。

◆ ◆
最近私は知人から靴磨きを教わり、靴の手入れを見直すようになりました。お気に入りの靴を磨いていると徐々にツヤが出てくる様子が何とも嬉しく楽しく、今では趣味になっています。

靴を磨くことにより、靴を美しく保てるだけでなく長持ちさせることにもつながります。

特に革靴は素材ごとに手入れが違ってきます。

ただクリームを塗るだけではなく、まずホコリや古いクリームなどの汚れを落としてクリーンな状態にして



からクリームで靴に栄養を与えます。

まるでお肌の手入れのようです。まず洗顔、そして化粧水、乳液といった流れが似ている部分があります。

靴を磨くことで、物や人を大切にする気持ちや養われる気がします。自分磨きのためにも丁寧に靴磨きをしていきたいと思っています。

歯ブラシ紹介②

前回に続き、当院で取り扱っている歯ブラシを紹介致します。

①SAM(サム)

前回記載したPHBは四列植毛でしたが、SAMは三列植毛で毛の硬さがコシのあるタイプです。プラーク除去に適しており、歯肉炎はもちろん歯周病予防にも適応します。



小さな方や、中高生におすすめしています。ジュニアタイプもあるのです、そちらは小学生にも適応します。

②タフト

当院では非常に柔らかい毛のESS(エクストラスーパースoft)タイプを取り扱っております。

外科処置をした後の歯肉や傷つきやすい部位、知覚過敏で敏感な方へおすすめしています。



③ペンフィット

非常にコンパクトで極細毛です。ブラシが届きにくいような一番奥の歯の周りや歯並びが重なり歯と歯の間に歯ブラシが通りにくい部位に使用します。



他にもたくさん歯ブラシを販売しております。歯ブラシ選びにお悩みの方は当院のスタッフに声をおかけ下さい。

— 三浦 —

勤労感謝で園児来院

11月21日の朝、今年もひかり保育園の園児たちが来院してくれました。

元気な声で「いつもお仕事ご苦労さまです」と声援をもらいました。また、鮮やかなシクラメンと手作りの小物を頂きました。出入り口の棚などに展示しております。是非ご覧になって下さい。



ひかり保育園の園児の皆さん、ありがとうございました。

— 高原 —