

ア歯科診療所

ア歯科 ケア通信

こんにちは！ケア通信3号です！

毎日寒い日が続いていますが
みなさん風邪などひいていませんか？
家に帰ったらまずは手洗いうがいを心がけましょう。
インフルエンザ対策に予防接種も受けられる方がふえているそうですよ。
また風邪対策にビタミン豊富なミカンがお勧めです。
何事も予防することが肝心ですね！



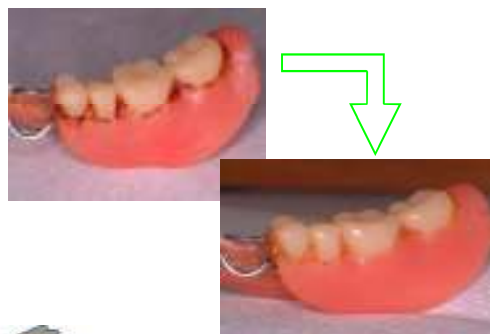
今号の特集

- 歯のメンテナンスってどんなことするの！？
- 中学生が職場体験学習に来ました。
- は～い！ぼくもフッ素頑張ってます！



入れ歯のお手入れについて

入れ歯も自然の歯と同様に毎日汚れを取り除く必要があります。
ブラシや義歯洗浄剤などを使って、少なくとも1日に1回は掃除をしましょう。
毎食後洗浄していればあまり付くものではありませんが、自然の歯と同様に歯石が付いてきてしまいます。汚れが古くなると着色や口臭の原因となってしまいます。
しつこい汚れや歯石にはご家庭で使われているお酢が効果的のようです。



お酢(原液の酢酸)に義歯を3～4時間浸して、その後流水下でブラシでこすってみました。
固かった歯石はやわらかくふやけて、ブラシで取れる硬さになりました。ピンク色の歯ぐき部分も少しつやが出たように見えます。
歯石の硬さによって取れる程度は様々のようですが、硬さによって浸す時間を調節してみてください。
写真は3～4時間を3回繰り返したものです。



食事のあと食器をきれいに洗いますよね。それと同じことです。
食後は必ず義歯をはずして洗い、きれいな状態で食事を楽しみたいものです。
健康な口元や自信は毎日のお手入れから。



自分を大切に作る時間をつくりませんか？

口腔内診査

磨き残しのチェックや
歯ぐきの検査をします。

クリーニング

患者さんひとりひとりにあった
お掃除をさせていただきます。

クリーニング メニュー

歯ブラシでお掃除



おうちでお使いになっている歯ブラシを使って磨きます。
プロの歯磨きを体験してください。
気持ち良くて寝る人続出です！！

歯周ポケット洗浄

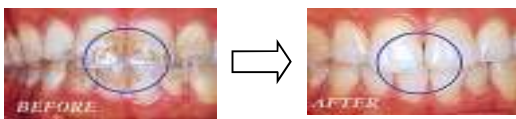


超音波の機械などを使用して歯周ポケット内の歯周病菌を除去し、同時に消毒を行います。
歯茎の腫れを防ぎます。

PMT C



その人にあった研磨剤を用いて歯の表面についた菌を破壊していきます。同時に茶シブなどの着色汚れも除去します。



歯石の除去



とくに下の前歯の裏は誰でも歯石の付きやすい場所。
見つけ次第除去します。

毎日、きちんと磨いているつもりでも歯ブラシの届きにくい所は細菌のすみかになります。
この部分を専用の機械を使ってお掃除します。気持ちの良い爽快感を味わってください。

『気持ちがいい、痛くない』これが定期的な歯の管理（メンテナンス）のポイントです。悪くなってから痛い思いをして治療するのに比べれば、経済的にもはるかに得です。髪の毛に気を使うように、お口にも同じように気を使ってみませんか。今、歯のクリーニングはエチケットとして注目を浴びています。

お薬の塗布

終了



お薬の種類

フッ素塗布

虫歯になりやすい人、お水が凍みやす人、主に予防のために使用します。歯科医院専用の高濃度のフッ素ですのでその人の症状に合わせて、1～3ヶ月ごとに塗布します。



抗生剤の軟膏の塗布

深い歯周ポケットのある方に使用します。歯ぐきが腫れるのを予防したり、急性症状がでた場合ポケット内に注入します。

■症状に合わせてメンテナンスの期間をお知らせします。

炎症の起きやすい方で1～3ヶ月
健康な方で3～6ヶ月に1度のお掃除が効果的です。

メンテナンスをお知らせするハガキが届きます。



このように皆様一人一人に合った掃除をしていきます。女性であれば美容院に行くのは滅多にない自分のための時間です。ですから快適でなければいけませんよね。これと同じで定期的なトゥースクリーニングをしている間ウトウトする人も少なくありません。

かかりつけ歯科衛生士が決まっていれば、あなたが何を嫌がるかもよく理解しています。リスク部位（危ないところ）を把握した管理であれば、そこを集中的にケアをするので短時間で効果が上がります。

贅沢なようで、実は歯を守るための一番の近道が
定期的なお掃除なのです。



中学生 職場体験学習 ~in ア歯科~

龍雲中学校より3名の生徒さんが、1日職場体験学習に来られました。普段学校では出来ないような経験をたくさんされ、また歯の大切さを実感できた1日だった事と思います！お疲れ様でした♪



自分のお口の型をとったよ。



受付のお仕事って大変！



歯磨きの指導を受けました！



糸ようじはとっても大切です！

1日を通しての感想

歯は人間にとってとても大切なものだと分かりました。歯磨きをきちんとして歯を大切にしていきたいです。今日はとても楽しく心に残る思い出ができました。【鎌野さん】

今日一日、色々なものを見たり実際にやってみて、今まで知らなかった歯医者さんの仕事の内容が分かり、普段できない貴重な体験をすることが出来てうれしかったです。今日覚えた事を思い出し虫歯にならないようにします。【滝さん】

実際に治療しているところを見て本当に相手の立場になって治療している事が分かりました。大人の世界とは大変だけど、とてもやりがいのあるものだと思います。今日一日とても貴重な体験となりました。将来は今回のことから生かせる事があればいいなと思っています。【福家さん】

技工室を見学しました。



歯の模型ってこうやって作るんだ～

自分の歯の模型が出来たよ！



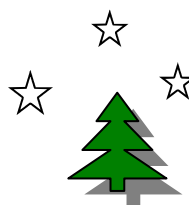
は～い！僕もフッ素頑張ってます！

1ヶ月に1回の歯磨き練習とフッ素塗布を頑張ってます！



今日もがんばるぞ！

海大くんはムシキングやゲーム、学校に行くのが大好きです！しゅみはカート(100cc)や空手といつも元気いっぱいです。陸大くんはいつも待ち時間にブロックでいろいろ作って見せてくれます。今日は泣かずにできました！とても仲の良い兄弟です♪



海大くん(7才) 陸大くん(2才)
かいと りくと

毎月の歯のお掃除とフッ素塗布をがんばっています。来月もがんばろうね！

【編集後記】

3号も楽しく読んでいただけましたか。今回記事に書いたようにア歯科は、快適で癒される空間を目指しています。気持ちの良い『歯のお掃除』で、皆さんが歯の大切さを実感していただけたら幸いです。