

歯っぴータイムズ 2024年7月号



いりさ歯科医院 Tel: 096-223-7360

住所: 熊本市北区八景水谷1-24-24 診療時間 9:00~13:00 14:30~18:00



今月のクイズの景品コーナー

今月のプレゼントは
むし歯にならないお菓子



白衣を脱いだ私の独り言

思い出すたびに悔しくなる...コンビニのATMで入金したら手数料をとられた。休日や時間外の引き出しに手数料をとられるならまだ我慢できるが(それも嫌なので私と娘は、絶対に引き出さない)まさか入金手数料がある時代になっていたとは...あゝ悔しい。

息子はそんなことは考えないタイプ。昔から、ワンピースのルフィみたいに「出世払い」と言いながらおねだりする。この前も「パパ使っちゃダメよ?」と言いながらiPad持って行った、「高かったのに」と言っても聞かれないっふり。仕送り用の通帳をみてみると、以前よりはへったけど手数料が引かれてい...兄弟でこの違い、面白いですね。

帰省中、息子が「遊びに行くから車賃してください」と言ってきた。ちょうど満タンにしていたから「満タンにして返してね」と言ってから貸しました。あとで満タンにしたか聞いてみたら:「満タンにしたよ、下関で」と威張って言った。まあ高速代は自腹したようだから一歩成長か。

患者さんが知らない歯の話

しっかり噛むことの効果

噛むことは、だ液分泌を促進し消化を促し、また顎の骨や筋肉が動くことで、血液の循環がよくなり、脳細胞の働きが活性化して運動機能が向上し、結果として認知症やうつ予防につながります。

また、奥歯でしっかり噛みしめることは転倒予防にもつながります。しっかり噛むためには、歯を抜けたままにしないこと、しっかり噛めるインプラント治療(基本的に、入れ歯は歯がなくなればなくなるほど噛めなくなります)をすることが重要です。

噛めないからと、丸呑みしたり、糖質や脂質でカロリー摂取しているとサルコペニアのリスクがでてきます。たんぱく質を摂取できるように歯科治療&メンテナンス頑張りましょう。

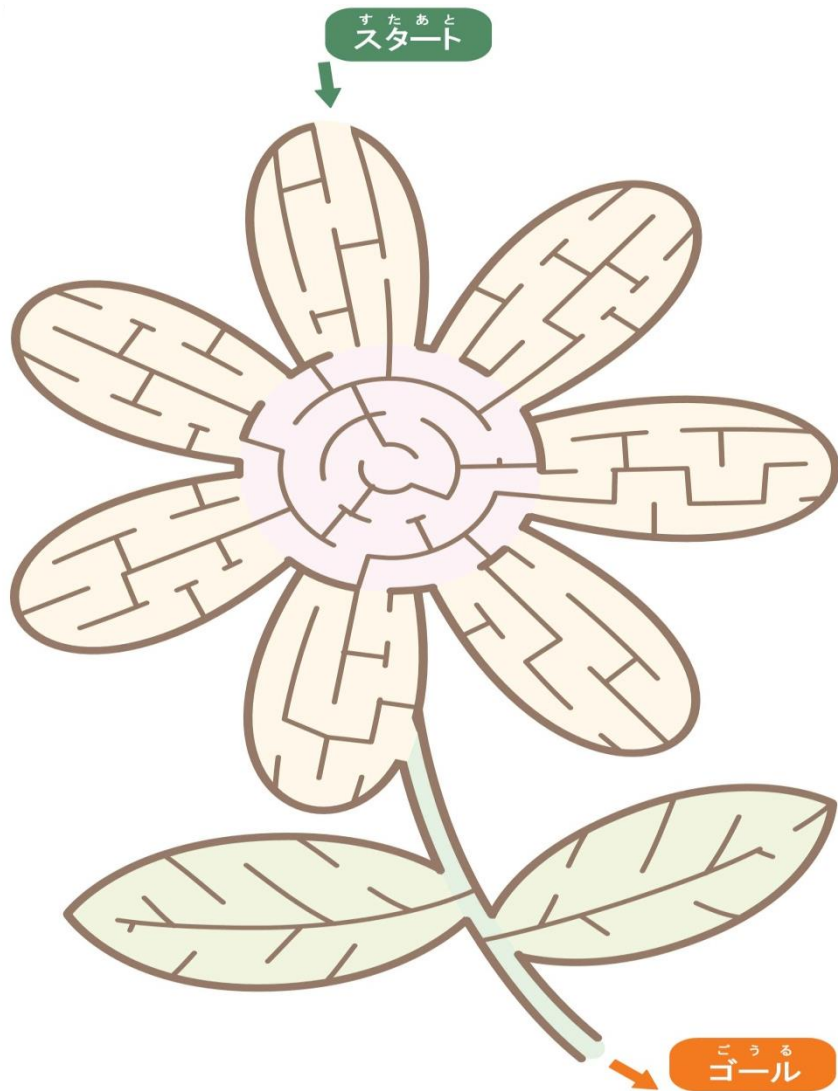


検診へ

月日が経つのは早いもので、今年ももう7月となり2024年後半になりますね。早すぎて、今年目標にしていた『胃カメラ検診に行く』が実行できていないことに気づきました。今まで、胃カメラを飲むような処置が必要なかったのもうそろそろ検査してみるのもいいかなと考えて数年。

なかなか重い腰が上がりません。患者様の中には『歯医者は苦手で、痛くもないのでなかなか受診できませんでした』とお話して下さる方もいらっしゃいますがその度に『えらいなあ。私も行かなと』と思っていました。

先日、保育園時代から小学校高学年で治療しましょうと言われていた娘が『5年生のうちにしたい』と言ってくれたので再び、『寒くなる前に行こう』と決意する母でした。行けますかね？



ご家族やご友人と一緒に挑戦してみてくださいね！
FAXをお持ちの方はこのページをそのまま送信してください。
正解者には抽選で3名様に、院長の学会・勉強会土産をプレゼントしています。
※景品の詳細は表ページ左上の欄に掲載しております。

お名前

ご住所

FAX番号はこちら

→

当選者おめでとう

☆
☆
☆

編集後記

今月号の編集を担当いたしました。7月になり日に日に暑さも厳しくなってきましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか。私は屋内でも熱中症にならないよう、こまめな水分補給を心がけたいと思います。

先月からいりさ歯科に新しい歯ブラシが仲間入りいたしました。OCUBAROX(クラブロックス)という歯ブラシなのですが、特徴は通常の歯ブラシの約十分の一の細さのクレイン繊維という毛が高密度の蜂の巣状に植毛されていることにより汚れをしっかりと除去できること、水を含みにくく乾きやすいこと、柔らかく弾力性があるので歯茎を傷つけないことです。耐久性は約3か月と言われています。さてお値段ですが、1本1050円で販売しております。是非お試しください。

7

JULY 2024
平成36年・令和6年

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

緑：半日診療 赤：休診日