


〒970-0001 福島県いわき市 赤れんが通信
TEL 095-16-2953
名取歯科医院
H27.4月第5号



子供の歯並びが気になるご両親へ

歯並びや噛み合わせが悪い状態を放置したままでいると、**ムシ歯**や**歯周病**のリスクが高くなるだけでなく、**顔の成長**や**表情**、**健康面**にも**悪影響**をもたらします。最近の研究報告によると、**口呼吸**、**舌の突き出し**、**間違った飲み込み癖**、**指しゃぶり**などの**筋機能癖**が歯並びに大きな影響を与えることがわかっています。

皆さんこんにちは。季節も変わり暖かくなってきましたね。新生活が始まった方も多いのではないのでしょうか。

初めてこのニュースレターを見る方も多いと思いますが、色々な情報を発信していきますので、これからよろしくお願いいたします。



エピソードウォークについてのお知らせ

※4月1日より詰め替え
2500円を
→ **大好評につき**
2000円に値下げいたしました。

※ポイントカードについて
毎月、2日、12日、22日
ポイント2倍でしたが、
その日が休診日の場合、
翌日を**2倍**とします。

H27年2月～4月参加の勉強会・講演会

- ・口腔筋機能セミナー(盛岡)
- ・むらさきの歯科医院見学(MRCTL-ナーシステム)
- ・テンプルエステ
- ・口腔筋機能セミナー(盛岡・東京)
- ・インプラントセミナー
- ・月1度軽米「ゆたろ介護の会」

悪いクセ



歯並び噛み合わせが良くなると他にもいろいろ!



当院で行っている矯正治療

- 3D・ブラケット装置等、**固定式の矯正治療**
- ・固定式のため歯は動きやすい。
- ・1本1本歯を動かせる。
- ・ほぼきれいな歯並びを目指す。
- ・早くはじめれば、永久歯を抜歯しないようにする可能性が高い。

長くなる方はお気軽に声をかけて下さい。

トレーナー使用による筋機能トレーニング治療

- ・装置が複雑ではなく歯みがきしやすい。
- ・歯列不正の根本を治療できる。
- ・アクティビティによる健康的な身体を目指す。
- ・後もどりがほぼない。



サプリメントニュース

人間には自分で作ることができない絶対に必要な栄養素(ビタミン・ミネラル)があります。それらが不足すると体調不良や病気にかけりやすくなったりします。

そこで!!

スタッフ皆で3ヶ月間

マルチビタミン&ミネラルを試してみました!

結果は...



鼻やのど、皮膚や頭痛、めまいなどに改善がみられました!!

歯周病対策に役立つ栄養素

歯周病は、歯周組織が歯周病菌に感染し、歯ぐきが腫れたり、出血したり、最終的には歯が抜けてしまう病気です。歯ぐきの健康を保つことが大切です。

歯ぐきの成分は約60%がコラーゲンでできています!

ビタミンC

コラーゲン生成のために必須の栄養素。傷の治りも早くするので、抜歯後などのケアにも大切です。

- ・アセロラ
- ・赤ピーマン(生)
- ・レモン

など

ビタミンB群

(B6、B12、葉酸)

良質なコラーゲンを保ち、骨や歯ぐきの健康を維持します。

B6 ... にんにく

B12 ... 焼肉のタレ

葉酸 ... 鶏肉・牛肉のレバー など

アミノ酸

タンパク質であるコラーゲンの原料はアミノ酸です!!

・魚・肉・卵

・高野豆腐



など

受け付け本堂のコラム...

待ち合い室に現在、「歯はいのち」という書をかざっています。この書は、月に1度行なわれている、「ゆったり介護の会」という介護者のつどいの場で書いた物です。言葉を文字にすることで、自分自身でさらに感じたり、相手に伝わったり、いろいろな形になりますね。

この会に参加した皆さん、色々な言葉を書いたそうなんです。その時の写真を拝見した所、皆さん素敵な笑顔でした。そして、この会を通じて好きになった言葉があります。介護をされている方がその相手に対して言葉で、「いとおしい」という言葉です。

ただ好きというだけでなく、その先にまた深い意味のある言葉に感じます。

色々な人との出会いを通じ学ぶ所がたくさんありますが、これからも「自分自身のいのち」も大切に生きていこうと思えます。

「ゆったり介護の会」

毎月第3水曜日 13:30~

防災センターで開催されています。

- ・介護されている方
- ・興味のある方など是非ご参加下さい。

次号は7月発行予定です!

