

ひろがみ HAPPY

第2号 ニユニス

＝ 地域花火情報 ＝

- ◎ 榛名町花火大会 8月15日 (日) 7:00 ~ Start PM
- ◎ 高崎 沖の花火大会 8月21日 (土) 7:30 ~ Start PM

＝ 今回のテーマ＝ 歯周病について
「歯周病を知ろう」



↓ あてはまる所には、○をつけて
みて下さいネ。

- チェックしてみましょう!!
1. 歯をみがくと血が出ますか?
 2. 歯と歯の間に食べ物がよくはさまりますか?
 3. 歯肉に痛みがありますか?
 4. 歯がゆれて、物がかみにくいですか?
 5. 朝起きたとき、口がネバネバしますか?
 6. 歯肉が赤く腫れていますか?
 7. 口臭があるとされた事がありますか?
 8. 歯のまわりに汚れ、歯石がありますか?
 9. 歯肉を押すと、膿が出る事がありますか?




どうでしたか? ○がいくつありましたか?

1つでも ○がついていたら「赤信号」です!
歯周病は、知らないうちに進行しているんですよ。



歯周病の原因は? → 口の中の細菌のかたまり「菌こう・歯石」です。
 歯と歯肉の境目についた「菌こう・歯石」が歯の根に
 そって、細菌が入りこみ、炎症が起こります。
 そして、歯肉が腫れ、歯肉の中の骨を除々に溶かしてしまいます。



↓ 歯周病が悪化してしまうと... 

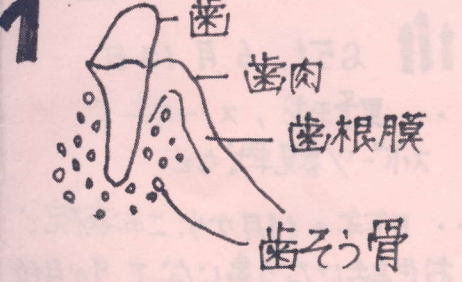
歯がグラグラ揺れだし、ついには抜けてしまいます!



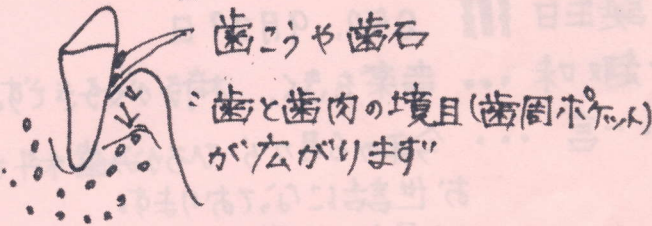
↓ こんな感じで進行します。
 (横から見た状態です♡)



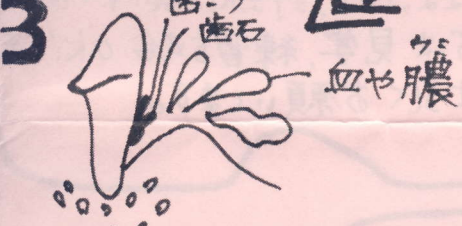
「正常」



「中程度」



「重症」



「末期」



「歯ぐきがブヨブヨし、歯が
 グラグラするようになります。
 石更い物も、かみにくくなります。」

「骨はほとんどなく、グラついて
 最後には抜けてしまいます。」

⇨ そうなる前に... (進み始めている方も、これ以上進まないために...)

予防... 毎日の歯磨きがとっても大切です
 しっかり磨いて、汚れを取り除きましょう★

「歯こぶ」を放っておくと、石のように堅い「歯石」になります。

歯石は、歯ブラシでは取れません。


半年に一度、または3か月に一度の定期検診で

歯石除去と、お口の中の健康チェックをしていきましょう!



『新しく入った先生の紹介です』


狩野厚史(かうあつし)先生

・誕生日  S50. 9月29日

・趣味 ... 音楽をきく、椅子が好きです。

・一言 ... 今年の6月からひろかみ歯科でお世話になっております。
こう見えても学生時代は、ずっと少林寺拳法をやりました。
お口の事で困った事があ、たら何でも相談して下さいね。
よろしくお願ひします。


今木村 正広(いまらまさひろ)先生

・誕生日  S51. 6月10日

・趣味 ... 野球、スノーボード
スポーツ観戦など

・一言 ... 昨年の11月から、この病院でお世話になる事になって、9か月位経ちます。見ての通り野球少年(?)です。最近野球にはま、ていて、野球に興味がある方は見学、練習試合のOK!です。
よろしくお願ひします。

福田 真那美(フクダマナミ)先生

・誕生日  S54. 12月25日

・趣味 ... 映画鑑賞

・一言 ... 5月から、こちらでお世話になっております。
太田から通、ているので、これから高山寺を色々散策したいと思、っています。

* 院長 コラム * * * * *

* 歯周病の原因は プラーク(糸田菌)です。大切な事は *
* 歯がきれいな環境の中で生きていけるかどうかです。 *
* 歯石もはじめは少量ですが「ちりも積もれば山となる」で *
* 大量の歯石に囲まれると歯の周囲の骨がなくなります。 *
* 歯の周囲を糸田菌の少ない環境にしてあげると *
* 歯肉もひきしまり、つやのある状態になり抵抗カも *
* できます。歳をと、たから悪くなるのではありません。 *
* プラークがついたまま長くいるから悪くなります。 *
* いかにも口の中がきれいな環境であるかで将来の *
* 食卓が決ま、てきます。みなさまの口福をねが、てやみません。 *
* * * * *



お知らせ

歯周病・歯肉炎の予防には、自分で磨いても磨ききれないところを、いかにもきれいにすることが大切になります。

セルフケア(日々のブラッシング)できれいにできなが、たところを歯科衛生士による「プロフェッショナルケア」できれいにしていくことが重要になります。

北欧の国々では、セルフケア・プロフェッショナルケアを合わせたシステムで、歯周病にかなりの成果を上げています。

このように、みなさんのお口の中の健康にサポートできるような予防センターを11月末を目標に併設する予定です。

院長 廣神 克彦