かむかむ

とうせい歯科医院
〒399-4117 駒ヶ根市赤穂小町平10737-1
TEL. 0265-83-0888
E-mail thousei@avis.ne.jp http://www.mcci.or.jp/www/thousei/

2013/1/22 Vol.145 編集(金田)

「プラークコントロールの実際とは？」

本年も皆様方にとって健康な生活を維持できますようにお口の健康に関する情報として、新年の「かむかむ」を開始させていただきます。

先日の NHK の朝の番組「あさイチ」(asaichi) でもとり上げられておりましたが、『歯みがき』について、皆様はしっかりと自分のお口の中が磨けていると思われますか？　番組の中で、鶴見歯科大学の教授の先生も言われておりましたが、「『磨いている』と『磨けている』が、一致しているといいんですがね！」との事です。

確かに、我々の診療所の毎日の中でも患者さんによっては、来る度に「はい、もう少し上の奥歯の外側と奥歯の奥の方で陰になっている所をもう少し磨きましょうね！」とか、「下の奥歯の内側の歯の生えているところの付けの部分がまだ磨き残しがありますね！」と言わなければならない方が多く見受けられます。さらに、歯と歯の間の部分は歯ブラシの毛先が入りにくく、歯が並んでいるところの付け根に隙間がある人は、『歯間ブラシ』(煙突掃除の時のような細い棒状の歯ブラシ、隙間の程度により太さがいろいろとある) を使わないと磨き残しが常にできてしまいます。しかも、歯が並んでくっ付いている所は歯ブラシでは磨けない為に『デンタルフロス』: 糸楊枝 (ナイロン製の細い糸を何本も集めて一本にしてあるもの。それをワックスで固め、歯の間に通りやすくしてあるものもある) を、使わない限り磨けません。

このようにお口の中を完璧に磨く事は大変難しい作業なのです。しかし、虫歯は確実に磨けていない場所から起き始めます。何事も、誰でも最初から上手な方、名人と言う人はいなくても、基本を守り何回も何回も練習 (トレーニング) していれば上達していくものです。まず、正しい知識と基本的な歯ブラシの使い方を歯科医院で、歯科衛生士に教えてもらいましょう。また、自分ではお口の中のプラークコントロールが無理な方は、定期的に歯科医院に通って、歯科衛生士に PMTC : 専門的な機械的な歯のお掃除 (歯石取りや、歯の表面を磨いてもらうプラークコントロール) をしてもらう事もできます。

虫歯や歯周病 (歯槽膿漏) は、一旦病気になってしまうと、自然に治ることはありません。一旦治療した虫歯の治療も一生持たせることは無理でしょう。また、歯周病は慢性疾患である為に、どこで終わりという病気ではありません。歯がある以上ずっと付き合っていく病気です。重症化を防ぐ為にもプラークコントロールは大切です。　(院長)

スタッフ2013年 新年の抱負

明けましておめでとうございます。
2013年、新しい一年が始まりました!! とうせい歯科医院
スタッフ一同、日々精進して頑張って参りますので
本年もどうぞ宜しくお願い申し上げます。

新年おめでとうございます
昨年は日本にとって3年3ヶ月後の政権交代という大事件が起きました。東日本大震災以降原発問題などで日本の国内が低迷を極める中、我々国民の医療介護、福祉の面で高齢者や子供達にとって今年から改善される見通しが出てきてくれるよう願うばかりです。
巳年は古い因習に終わりを告げ新な生活と世の真実を見つめる年といわれます。本年が皆様にとっても良き年になりますように。(院長)

新年あけましておめでとうございます
今年は"巳年"で動物に例えると"蛇"です。"蛇"という事は脱皮をするので「復活と再生」の年ということで、私の新年の抱負は「長蛇を逸す」の様な事が無いように「なんとなくの生活」から「意欲的な生活」を心がけて意味のある一年を送れる事と、人の恩を忘れず、助けてくれた人には必ず恩返しをするという事により良い一年が終われると思いますので、しっかりと一年を過ごしたいと思います。(佳江)

あけまして おめでとう ございます
平成になってから、もう25年も経つなんて…月日の流れの速さに身を驚かされます。でも、そう感じるということは、1日1日、1秒1秒を有意義に、大切に過ごしていない証拠なのかもしれません。一期一会という言葉もありますが、時間と出逢いを大切にしていきたいと思います。後悔先に立たずです。やろうと思ったことは実行し、感謝を忘れず喜びを分かち合えるような仕事をしていきたいです。(ハナ)

明けまして おめでとう ございます。
こちらにお世話になって早2年が経ちます。
まだまだ未熟な点が多々あるかと思いますが、患者さんのケアができる助手を目指して頑張りたいと思います。
本年もどうぞ よろしく お願い致します。(戸枝)

皆さんが安心して、治療できる様、
アドバイスしお手伝いしていくのが私の仕事
の一部ですが、昨年は会話の中でお料理
の事や地域の習わしなどのお話になる事もあり、
アドバイスを頂き、とても勉強になりました。
歯科助手になり8年目となりますが、初心
を忘れる事なく、基礎と今までの経験から
得た知識も生かし、アドバイスできるスタッフを
目指したいと思います。本年も宜しくお願い致します。
受付・助手　田中

あけましておめでとうございます

当院に勤め出してから8年目になりました。長い年月働いていても、同じ日々の繰り返しという事はなく、小さくとも毎日が発見の連続です。その発見を自分の成長に繋げていきたいです。
そして、今年は仕事でもプライベートでも自分のスキルアップとして何か資格が取れたらいいなあと思っています!
衛生士：金田

あけましておめでとうございます。
とうせい歯科医院に来て
半年がたちました。覚える
事は、まだまだ沢山あるので
これからも頑張っていきたいです。
本年もよろしくお願い致します。　平澤

あけましておめでとうございます
昨年末政権交代があり、今は円安の兆しですが、その分ガソリンもジリジリと値上がりし、後には消費税値上げも控えています。なかなか全てがうまくゆくというわけにはいかないようですが、先ばかり見て不安がって進めなくなったり、目先のことばかりに振り回されていないように、今年も地道に乗り切ってゆきたいと思います。　（池上）

あけまして、おめでとうございます!!!

今年で2年目になりますが、
患者さんとの毎日のふれ合いの中でたくさんの
勉強をさせてもらっています。もっと患者さんの
お口の健康を守れるよう日々精進していきたいと思います！本年もどうぞよろしくお願いします
歯科衛生士　下田

本年もよろしくお願い致します