

“ひとりごと” 今月は 歯科衛生士 川畑 です。



昨年の夏は記録的な猛暑となりましたが、日照時間が長かったことで、スギ花粉の雄花の生産量が多くなり、今年の花粉飛散量も多くなると予想されています。日本気象協会が発表した2011年の花粉飛散量は前年の約5倍になるところもあり、地域によってはなんと前年の約10倍というところも…。今年はまだ無関係だった人にとっても、油断できないシーズンとなりそうです。

2月以降は徐々に花粉飛散量が増えて行くので、早めに対策を講じておくことが重要になるでしょう。



目の症状のセルフケア



- ★眼鏡やゴーグルなどで花粉が目に入らないように。
- ★コンタクトレンズはできれば避ける。
- ★花粉を洗い流すために顔を洗う。
- ★花粉を洗い流すために目を洗う（人口涙液がいい）。

鼻の症状のセルフケア

- ★マスクをする（できれば使い捨て）。
- ★鼻・鼻の周り、特に鼻の下をしっかり洗う。



ペットボトルで鼻づまり解消!!

例えば右の鼻が詰まった時に、左側を下にして寝ると、なぜか右の鼻の通りが良くなります。これは、わきの下にある自律神経が圧迫されたことで、鼻の粘膜の充血が改善されるためだそうです。これを応用したのがペットボトルで、空になったペットボトルをわきの下にぐっと挟み込みます。これだけで数十秒もしないうちにペットボトルを挟んだ方と反対側の鼻づまりが一時的に解消されるというものです（個人差があります）。

皆さん! 早めの予防対策を!!

杉岡歯科医院が法人になりました

2011年1月4日より杉岡歯科医院は法人になりました。新しい医院名は〈医療法人杉岡歯科医院〉です。

法人になることにより、様々なメリットはあるのですが、私が法人化する事に決めた1番の理由は、医院と個人を分ける事ができるという事です。法人化することにより、私院長もスタッフと同様、医療法人杉岡歯科医院から給料をもらう事になります。そのため、法人に残っているお金は、医院として設備投資できるお金、給料は個人として使えるお金、と明確に分ける事が出来ます。又、スタッフと同じく給料をもらう事により、医院をスタッフと同じ目線で見たいと思っています。



法人化の手続きで、年末年始はバタバタでしたが、手続きの大部分を手伝って頂いた、税理士の藤原健先生のおかげで、無事法人化する事が出来ました。お手伝いいただいた藤原健先生、そして、医院を法人化できるまで育てて頂いた、患者様、歴代スタッフ・現スタッフの皆様全てに感謝いたします。

2011年、医療法人杉岡歯科医院として新たなスタートを切ります。院長・スタッフ共々、さらなるステップアップを目指していききたいと思います。

本年もよろしく願いいたします（杉岡）。

杉岡歯科医院2011年の目標

◆笑顔を意識しよう

楽しいから笑顔が出るのではなく、笑顔をつくることにより楽しくなります。笑顔は周りの人を幸せな気分にします。自然な笑顔が出るように、日常生活で笑顔を意識しよう

◆名刺を渡そう

患者様とコミュニケーションをとるためには、相手の事を知ることが大切。相手の事を知るためには、自分自身を知ってもらう事が必要。そのためにも、担当の患者様には名刺を渡そう。

◆法人化、勤務医採用を見据えて

本年より、杉岡歯科医院は法人になります。法人になることにより、医院と個人を分けることができます。院長も給料をもらう立場になるので、スタッフと同じ目線から医院を見て行きたいと思えます。

又、院長がいなくても医院が機能するように、将来的には、勤務医を採用する事も考慮しています。

◆チェアを新しく、プチリフォーム

診療用チェアも修理をお願いする頻度が多くなってきました。患者様に快適に治療を受けて頂くためにも、診療用チェアを一新する事を考えています。

◆バイオセラピーのシステム化

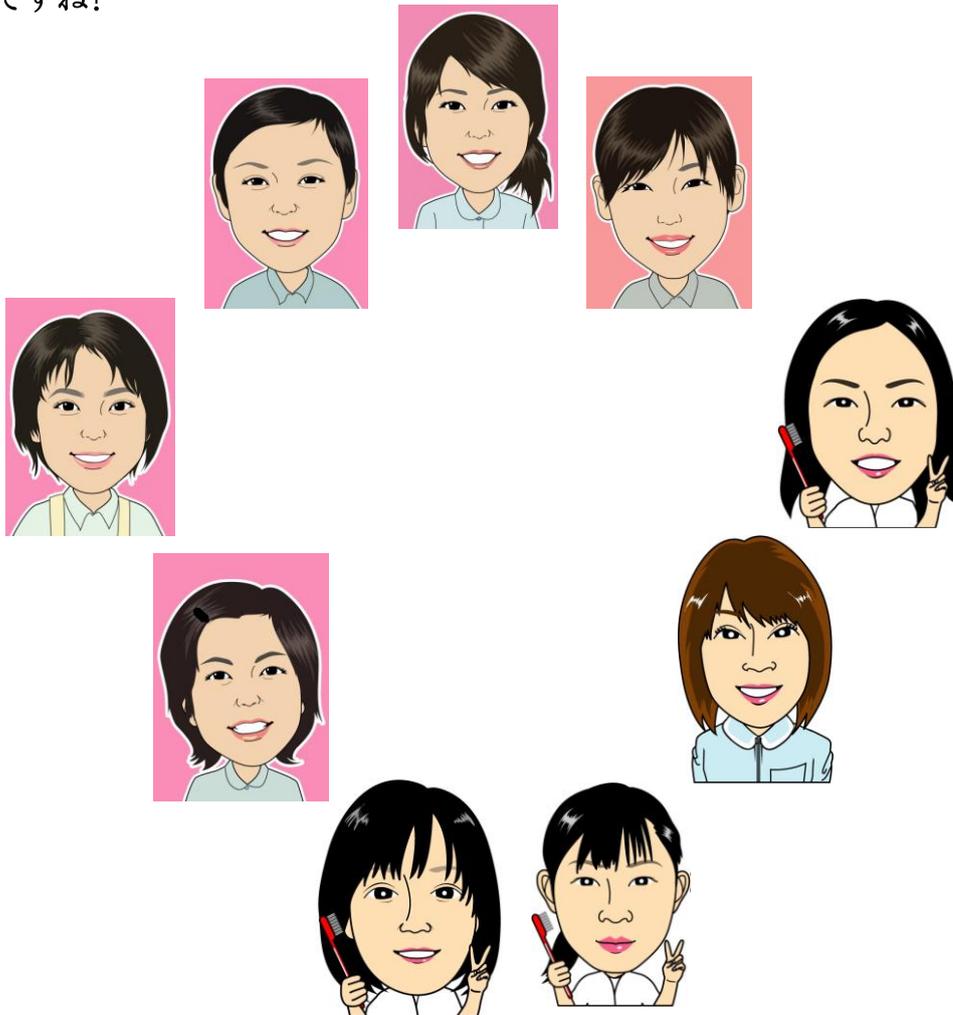
矯正治療において一番大事なバイオセラピー。その中でも、反対咬合（受け口）の原因になることが多い、舌癖を治すトレーニングを整理して、システム化します。

◆ハンドピースの院内感染予防の強化

タービン・5倍速エンジンなどの切削器具（歯を削る器具）の数を増やして、院内感染予防をより強化していこうと思えます。

昨年の反省・今年の抱負（スタッフ）

年末年始毎年恒例の＜昨年の反省・今年の抱負＞を、スタッフに提出してもらいました。各々、自分の事を客観的に分析して書いてくれているのには、毎回感心させられます。又1年後、今回の抱負がどれだけ実現されているか、楽しみですね！



床矯正ビギナーズセミナー

1月16日（日）、大阪で開催された、床矯正研究会主催の＜床矯正ビギナーズセミナー＞に当院衛生士4人が参加してきました。記録的な大雪の中、電車は遅れましたが、無事セミナーは受ける事が出来たようです。ごくろう様です。

今回のセミナーは、歯科衛生士及び床矯正を始めたばかりのドクターが対象で、装置の調整の仕方、患者様への説明の仕方など基本的な事を学ぶセミナーです。講師は床矯正研究会の主幹の鈴木設矢先生の医院で勤務されている、大河内淑子先生・田中幹久先生です。

以下参加したスタッフの感想です。

*今まではあいまいに資料を読んでそのまま説明していくという事しかしてきませんでした。これからは、装置の事や、なぜそれをしてはいけないかなど、自信を持って答えを返せるように、今日のセミナーの資料を何度も読み返していきたいと思います（川畑）。



*今回講義された先生が床矯正を学んだのは、鈴木先生からはもちろんですが、鈴木歯科の衛生士さん達というのは驚きでした。私はまだまだ治療結果の先読みや原因を探ることも難しく、自信を持って治療にあたれていないので、経験を重ねて知識をつけていけるように頑張りたいと思います（小田）。



*なぜ14時間以上装置をつけないといけないのか、装置をはずす時はなぜ両手なのか、など患者様への説明のしかたが良く分かりました。これからは、装置をつけてくれない子供には、「動いた歯は、装置をはずしたら、7倍のスピードで戻るんだよ!」と口を酸っぱくして言いたいと思いました（上田）。



*クラスプの調整や床を削る部分、印象（歯型採り）の際の注意点など、今回のセミナーでわかり、発見になりました。患者様に対する説明の仕方や、バイオセラピーについて、もう少し詳しく聞ければよかったですと思いました（尾松）。



お母さんの疑問に答えて

Q: 指しゃぶりはいつまでにやめさせればいいですか？

A: 3歳までにやめさせるのが理想ですが、現実には難しいようです。低年齢で無理にやめさせると別の癖が出る事もあります。できれば5～6歳ぐらいまでにはやめさせるようにしましょう。

