

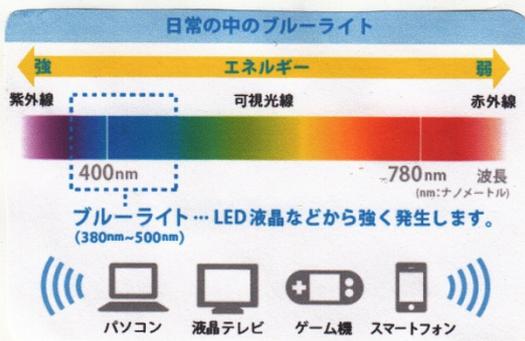
ひとりごと”

今月は歯科助手 古川 です



今のテレビやパソコン、スマートフォンなどの液晶画面は、ブルーライトを強く発生させています。

このブルーライトはエネルギーが強く、目の奥で散乱しやすいため、長時間デジタル機器を使用すると視界のチラつきやまぶしさを感じる原因のひとつになるといわれています。



ブルーライトからくる人体への影響

- 疲れ目や、かすみ目、ドライアイ
- 生体リズムの狂いや、睡眠の質に影響
- 肩こり、腰痛

最近、ブルーライトを除去するPCメガネや、液晶保護フィルム等、色々あるようなので、利用してみてもいいかがでしょうか。

院内勉強会&送別会 In 達磨

4月6日（土）歯科衛生士小田さんの送別会を<達磨>で行いました…。

送別会の前に院内勉強会を行いました。本日のテーマは<あいうべ体操>と<ヒアルロン酸>。

<あいうべ体操>は、口呼吸を治し、舌の位置を治すことで、アトピーやリュウマチをはじめとする病気を治したり、歯並びやかみ合わせが不正になる原因を正してくれます。



3月にセミナーを受講した、尾松さん・上田さん・大槻さんがしっかりとみんなの前で発表してくれました。

<ヒアルロン酸>は、口の周りのしわを無くしていく、いわば、<お口のアンチエイジング>です。杉岡歯科医院でも始めていきたいと思っています。スタッフに<ヒアルロン酸>の知識を得てもらって、院内のコンセンサスを得るための勉強会です。

院内勉強会の後、歯科衛生士小田さんの送別会を行いました。

小田さんは、8年間勤務してくださり、今回結婚で京都市内に行かれるため退職となりました。自然な笑顔を絶やさない素敵な衛生士さんで、小田さんのファンも多かったようです。

「素晴らしいスタッフと先生に恵まれて幸せでした！」という挨拶には、みんなウルウル。

食事は、福知山では1流の達磨さん！さすがでした。



折り紙の〈兜〉いただきました

折り紙の〈兜〉。患者様の手作りです！

「本を見ながら作ったんですか？」と聞くと、「いや～、子どもの頃、いろりを囲んで、おばあちゃんが折り方教えてくれてね～。そして、自分に孫ができたから、久しぶりに折ってたら、思い出してきて、作ったんよ。」

数十年前の折り方を覚えているなんてスゴイ！！

「ボケ防止、ボケ防止」と照れていましたが、おかげ様で待合室が一気に5月になりました(^_^)。



国際歯周内科学研究会総会

4月20日（土）国際歯周内科学研究会の懇親会に参加のため博多に行ってきました。

普段セミナーなどでよくお見かけする意識の高い先生方ばかりなので、雑談の中にも貴重なお話をたくさん聞きました



<あいうべ体操>で有名な医師、今井一彰先生ともお話しさせていただきました。さすが全国で講演されているだけあって、お話が上手！思わず引き込まれてしまいます。その中で印象に残った言葉...

「歯科医はいつまでも、<歯は大事>とか、<この飲み物にはこんなに砂糖が含まれていますよ>とか、脅しのようなことをやっている、一般人は心離れていきますよ。眼科医が、<目は大事>と言わないのは、大事なのは当たり前だから。それより全身的なことを語るようにしましょうよ！」

「ペリオ（歯周病の事です）って言葉、一般人はもちろん、医者も知らない。歯科関係者しか知らない言葉です。メタボもそうだけど、3文字ってのは響きがいいです。<歯周病>じゃなくて<ペリオ>って言葉をもっと広めましょうよ。<ペリオ>で流行語大賞を狙いましょう！」



さすが今井先生、視点がグローバル！<ペリオ>広めます！！

<ペリオ>とは<歯周病>の事です！！！！

ペリオの細菌が原因で、心臓病・糖尿病・肺炎・骨粗しょう症・早産になることがあります！

ペリオは全身を悪くするお口の病気ですよ！！

翌日は、総会。会場は超満員。すごい熱気でした。



患者様の疑問に答えて

Q: 歯周病は心臓を悪くすると聞きましたが本当ですか？

A: 歯周病（ペリオ）は、歯周病菌が血管の中に入ることによって、心臓病・糖尿病・肺炎・早産・骨粗しょう症の原因になると言われています。歯周病は＜全身を悪くするお口の病気＞です。全身の健康を保つためにも、定期的にお口のメンテナンスをすることをお勧めします。

