

ひとりごと” 今月は歯科衛生士 大槻 です



長野へ行ってきました

先日、長野県へ家族旅行に行ってきました。まずは国宝に指定されている松本城へ。お城の中は、急な階段ばかりで上がるのに一苦労……。足腰が強くないと上がれないくらい大変でした。外観は黒く、とてもカッコいい！！しかし3歳の息子は、お城よりハトを追いかけてまわす方が楽しそうでした。



長野県といえば、高く美しい山がたくさんあります。私たちは、上高地と、美ヶ原高原へ行きました。大自然の中で澄んだ空気が体中に浸みわたっていきます。

美ヶ原では、標高2000メートルで一泊しました。遠くに富士山をはじめ、北アルプス、中央アルプス、南アルプス、八ヶ岳が見渡せ、どの方向を見ても雄大な景色に息を飲みました。夜は星空が一面に広がり、宇宙に放り出されたようでした！！朝は雲海が神秘的に広がっていました。

毎日、有名なお蕎麦を頂き、食事也大満足！！是非また行こう！！と思いながら、帰路に就きました。



歯周病の原因は歯ぐきかも？

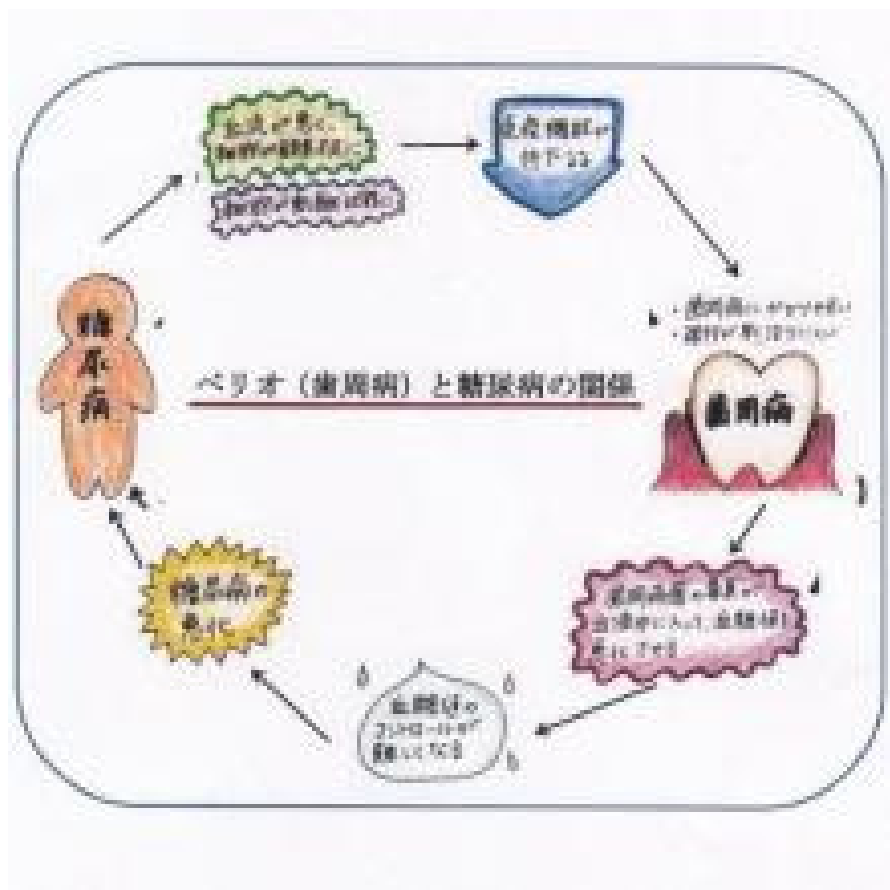
運動しても食事療法をしても血糖値が安定しない方、もしかしたら悪いのは歯ぐきかもしれません！

近年、ペリオ(歯周病)の治療をすることで、血糖値が安定することがわかってきました！糖尿病になるとペリオ(歯周病)が進行しやすくなるのは、よく知られていますが、逆に、ペリオが進行すると糖尿病も悪化しやすくなります。

ペリオになると炎症物質である $TNF\alpha$ が多量に分泌され、それによって血糖のコントロールが悪化するためです。糖尿病になる → ペリオ(歯周病)が悪化する → $TNF\alpha$ によって高血糖に → 糖尿病が悪化する → ペリオが悪化する … と、図のように、同じところをぐるぐる回りながら、糖尿病・ペリオともに悪化していきます。

ペリオはその他にも、肺炎・早産・骨粗しょう症・関節リウマチとも関係していると言われています。全身の健康を保つためには、お口の健康を保つことが重要です！

ペリオは全身を悪くするお口の病気です！！



床矯正フォローアップセミナー

5月11日(土)床矯正フォローアップセミナーを受講するため博多に行ってきました。

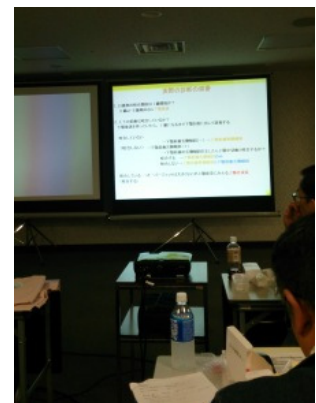
講師はいつもお世話になっている花田真也先生。今回のセミナーは、矯正治療の診断基準が明確にされたセミナーでした。

矯正治療を行っていくうえで、診断はとても重要です。次はどの装置に移るか、床装置がブラケットか？今までは経験値に基づいて診断してきましたが、どうしても迷う場合があります。

今回花田先生が提示された診断基準は単純明快！これで診断に迷うことが少なくなりそうです。花田先生に感謝です。

セミナーの後、楽しみの懇親会。今回は創作鉄板ダイニング GOMACHAN (ゴマちゃん)。お刺身・手羽先・モツ鍋、なんでもありでボリューム満点！

いつものメンバーで異様に盛り上がりました。



ホワイトニングセミナー

5月3日 GWの真っ只中ですが、ホワイトニングのセミナーを受講するため東京に行ってきました！

会場は新橋駅前の未来歯科

今回は<オフィスホワイトニング>という診療室で行う歯のホワイトニングのセミナーです。講師は川邊研次先生。

オフィスホワイトニングは、様々な方法があります。長年いい方法がないか様々なセミナーを受けて探してきましたが、直感的に<これだ！>と思える、素晴らしい方法でした。

何よりも術式が簡単で、副作用が少ない。コストも少なく、ホワイトニング効果も高い。GWつぶして勉強しに行ったかいがありました。

杉岡歯科医院でも導入していきたいと考えています。



患者様の疑問に答えて

Q: 入れ歯の下の歯ぐきに白い口内炎ができてなかなか治りません。どうしたらいいでしょうか？

A: かかりつけ医を受診して、まず入れ歯が合っていなかったら調整してもらいましょう。場合によっては口内炎の薬を処方してもらいましょう。白い口内炎の場合は<カンジダ>という菌が原因の場合もありますので、その場合はカンジダの薬が必要になります。まれに腫瘍の場合もありますので、2～3週間しても治らない場合は、専門医で検査してもらいましょう。

