

☆今月から院内新聞リニューアル!! 2か月に1号になります!!☆

※当初1月新号発行予定でしたが、スタッフ退職に伴い、診療時間の変更・日曜診療のスケジュールの変更が定まらなかったため、2月発行になってしまいました。
次号は3月発行になります。

歯News

～唾液のイメージ～

皆さんの口の中と身体を健康に保つお手伝いができるように、今年もスタッフ一同頑張りますので、どうぞ宜しくお願い致します。

さて、皆さん年末年始おいしく食事をされましたか？今年1号目は、食事とは切り離せない唾液についてお話ししたいと思います。つば=唾液は奇麗じゃないというイメージが強いとかもしれません。しかし、実は唾液は歯にとってはとても強い味方なのです。

口の中にはたくさんの細菌がいて、その中でも虫歯を作り出す虫歯菌は食事の糖分を取り込み酸を出し、歯の表面のエナメル質にあるカルシウムやリン酸などを溶かしてしまいます。これを『脱灰』といい、脱灰で溶かされた部分を一般的に虫歯と呼んでいます。そして、この脱灰から歯を守るってこれているのが唾液なのです。

最近良くCMなどで『再石灰化』という言葉が出てきていますが、唾液が酸を緩衝して口の中を中性に戻し、唾液に含まれるミネラルが溶けた歯の表

面を元に戻すことを『再石灰化』といいます。再石灰化をすることで虫歯になった部分を少しずつ自然修復しているのです。『唾液が少ないと虫歯になりやすい』と良く聞くことがあるのはこの為です。雑菌を分解したり口を洗浄してくれる唾液が少ないと虫歯菌が留まり、再石灰化が追い付かず虫歯へと進行させてしまうからです。

そしてダラダラ食いや糖を多く含んでいるお菓子も再石灰化の天敵です。特にダラダラ食いは、口の中が常に酸性に傾いてしまうため再石灰化している暇がありません。また、薬の副作用や病気、ストレスなどで唾液が出にくくなることもあります。唾液が少ない場合は、唾液腺のマッサージや、唾液が出る様にしっかり良く噛んで食事を取ったり、虫歯菌を減少させる効果のあるキシリトールガムを噛むなど工夫をします。

しっかり唾液を味方につけて虫歯になりにくい歯を作って行きましょう。もちろんしっかりした歯磨きも忘れずに。

スタッフコラム

皆さん、本年度も宜しくお願い致します

m()m

さて、2018年が終わりと2019年が始まりました！皆さんは去年を振り返ってどんな年でしたか？私は特に何か変わったことがあったわけでもなくた

ただ1年があったという間に終わってしまったという感じです。笑

で、今年からは何か新しいことに挑戦してみたいなと思います！具体的にこれって言うことはまだ決まってませんが(▽);)。ただ、1つ決

まってることとしては、今年からしっかりと貯金をしていくことです！今までしようとしてもなかなかうまくいかなかったので今年からは有言実行できるように頑張りたいです！

臨時のお知らせ～診療時間の変更

2019年2月より祝日の診療時間を 10:30～14:00 15:00～18:30

4月からは土・日・祝日の診療時間を 9:30～13:00 14:00～17:30

に変更することになりました。ご迷惑をお掛けする患者さんもおられると思いますが、ご理解とご了承のほどよろしくお願い致します。

お詫び

人員不足の為、アポイントが混み合い次回予約が先になってしまうことがあること、深くお詫び申し上げます。

C&C

DENTAL

NEWS

PAPER

Vol.1

2019.1-2月号

発行元

C&Cデンタルオフィス

歯News：DA川上

Sコラム：DA安藤



044-953-4184



info@candc-dental.com

HP

www.candc-dental.com

お知らせ 1～4月

矯正日

1/17 2/2 2/21
3/2 3/21 4/6 4/18

日曜診療日

1/13 1/27
2/3 2/10 2/17
3/10 3/24
4/7 4/21

臨時休診日

院内セミナーの為
1/8 AM 2/5 AM
3/5 AM 4/9 AM

矯正日の振替
1/16 2/20 3/20 4/17

院長勉強会参加の為
2/20 PM 2/23 2/24
3/29 PM 3/30 3/31
4/26PM 4/27 4/28