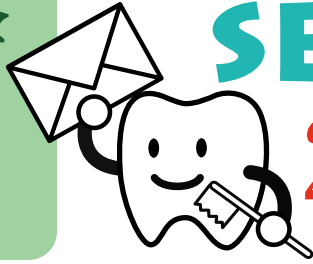


千歯会 だより



SENSIKAI

2018 秋号



未来へ向けて 8020



歯科用ガムは 何が違うの？

コンビニやスーパーなど、あちこちで販売されている「歯に良いガム」。むし歯菌のエサにならないキシリトールなどの人工甘味料が使われていますが、含有率は50%~ほどで、他の糖も含まれています。

歯科医院で販売する「歯科用ガム」は、人工甘味料がほぼ100%で、むし歯に少しのエサも与えません。入れ歯や矯正装置にくっつきにくいガムベースを使用したり、初期虫歯を修復する機能をもつ成分が配合されていたりします。

ガムを良く噛むことで唾液が分泌され、口内の細菌の働きを抑えて、むし歯や口臭を予防します。また、唾液そのものには「再石灰化」という、歯を治す働きを持っています。

市販のガムを噛むことも良いですが、よりよい口腔環境を求める方には、「歯科用ガム」をおすすめします。



そのため、「生涯、自分の歯で食べる楽しみを味わえるように」との願いを込めてこの運動が始まりました。

8020運動とは、1989年（平成元年）より厚生省（当時）と日本歯科医師会が推進している「80歳になっても20本以上自分の歯を保とう」という運動です。20本以上の歯があれば、食生活にほぼ満足することができると言われています。

健康日本21中間報告

8020達成率は、運動開始当初は7%程度（平均残存歯数4~5本）でしたが、厚生労働省の調査（2005年（平成17年）歯科疾患実態調査）では、80歳~84歳の8020達成率は21.1%で、85歳以上だと8.3%にまで伸びました。また、厚生労働省の「健康日本21」では中間目標として8020達成率20%を掲げましたが、2007年（平成19年）に出された中間報告では、それを上回る25%を達成しました。（健康日本21中間報告）

良いかみ合わせで健康寿命をアップ!

2025年国際博覧会（万博）の大阪開催が決まりました。「いのち輝く未来のデザイン」をテーマに健康と長寿についての展示が行われます。「食」「医療」「介護」。どの分野も歯が関係します。おゆみ野総合歯科クリニック院長、大橋先生より「歯と健康」についての文章をご寄稿いただきました。



大橋院長

その後、2017年6月に厚生労働省が発表した歯科疾患実態調査（2016年調査）では、達成者が51.2%となりました。

そして、8020達成者のほとんどが正常被害（上の前歯が下の前歯を被っている）で咬み合わせが良好で、反対咬合や開口等はほとんど見当たらない。かつたとの報告があります。

歯の喪失の原因に咬み合わせの不均衡、力のバランスの不均衡があるのです。

可能であれば、なるべく早期に歯列を改善し力のバランスを保ち、一本でも歯を失ったら長期間の放置は避け、少しでも早い歯科治療が必要です。

仮に8020を達成できなかった方も、しっかりと噛み合い、きちんと噛むことができるインプラントや義歯（入れ歯）などを入れて口の中の状態を良好に保つことで、20本あるのと同程度の効果が得られます。

インプラントや義歯を含めた歯で食べ物をしっかり噛むことができれば全身の栄養状態も良好になりますし、よく噛むことで脳が活性化され、認知症のリスクが軽減するという調査結果も出ています。

いつまでもおいしく食べ続け、健康寿命を延ばすためにも定期的にかかりつけの歯科医院に行き、口の中の健康を保ちましょう。

大網歯科医院

毎年大好評!!! 11月～2月だけの期間限定!!!

※予約受付中

※予約料 料金10,000円(税別)

Special Cleaning

スペシャル クリーニング

①染め出し ②ポリッシング
③歯石除去 ④フッ素塗布
⑤エナメルトリートメント
⑥ガムマッサージ

「?ガムマッサージ?」
専用の「ほ」を使用し、歯茎のマッサージを行います。
血流、唾液の促進効果があるので、お口の乾燥が気になる方は、唾液の分泌が良くなります。

「?エナメルトリートメント?」
歯の表面の細かい傷などを修復してくれます。
歯垢、着色汚れが付きにくくなりますよ☆

「?ガムマッサージ?」
一度お試してみてください!!!
是非お試しください!!!

◆お得な特典◆
・ガムマッサージ (スペシャルクリーニングでは行いません)
・デンタルケアのプレゼント (当院お持ちのケア用品をご用意しています)

「スペシャルクリーニング」は治療中の方、定期クリーニングの方はもちろん、
久しく歯医者に通われていない方まで幅広く受けることが出来ます。
1周年で履き替えた歯石や着色汚れを落としてみたい方は、
この機会に是非お試しください

< Special Cleaning >

11～2月期間限定「Special Cleaning」を行っています。
料金は 要予約 10000円(税別)です。

興味のある方はスタッフまで、またはお電話にて、
お気軽にお声をおかけください

TEL 0475-72-6480 (大網歯科医院 受付)

片貝デンタルクリニック



永久歯が生えたら
歯科医院で検診を!

エナメル質形成不全症(MIH)は、多くの場合、
前歯や6歳臼歯に見られる症状です。
遅くとも6歳臼歯が生えてきたら検診を受け、
エナメル質形成不全症が見つかったときはもちろん、
心配ないと言われた場合も、
これを機会に定期的にメンテナンスに通って
お子さんの歯をむし歯から守っていきましょう!



何か気になることがありましたら、
当院にご相談ください。

おゆみ野総合歯科クリニック

ポリリン酸ホワイトニング
導入しました



★ まず「ポリリン酸」とは ★

効率的なステイン除去効果や沈着防止効果を持つと同時に
口腔内の環境を整えるといった物質で、今注目されています。

そして従来のホワイトニングとは違い、

- ・ホワイトニング時の痛みが少ない
- ・色戻りがしにくい
- ・施術後の食事制限がない

といった特徴があります。

歯がきれいになると、笑うのも楽しくなりますよ 😊
気になる方はお気軽に声をおかけください!

訪問事業部

施設や在宅で、介助無しに
歯磨きや入れ歯のお手入れをしている方は
いらっしゃいませんか?

そのような方の磨き残しや
入れ歯の不調は
気がつきにくい為、
そのままの状態
見過ごされていることも
少なくありません。



健康診断のように定期的に口腔内をチェックすることは
異常の早期発見や、正しい口腔ケアを行う
きっかけになります。

ぜひ、訪問歯科にご相談ください。

