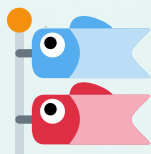


2023年5月号 No. 239



こんにちは 歯科衛生士の大田です。

桜の季節から新緑の季節になってきましたね。

2023年4月より、まき歯科に新しく加わったスタッフ、
離れる事になったスタッフからのメッセージを紹介します。

助手・難波恭子

4月から勤務させていただいています

助手の難波恭子（なんば きょうこ）です。

最近では、お菓子作りの動画をみる事にはまっています。よろしくお願いします。



受付/歯科助手・重松美瑞季

3年間ありがとうございました。直美さんや院長をはじめ、優しいスタッフの皆さん・患者さんに支えてもらいとても充実した日々でした。
皆さんのお口が健やかであることを願っています。



5月号は、『生活習慣病と歯周病との深い関係』についてお伝えします。歯ぐき（歯肉）が腫れて出血し、放っておくと歯がぐらついて抜ける**歯周病**は、成人の8割に何らかの症状がみられます。実は、歯周病は全身を脅かす怖い病気です。歯が丈夫なうちから定期的にメンテナンスをする事で、口腔内の細菌感染と炎症を起こさせない早期治療とメンテナンスの衛生管理がとても重要になります。

5月3日(水)から7日(日)はゴールデンウィークの為休診となります。

11日・18日・25日(木)は休診です。

27日(土)は院長出張のため休診です。

よろしくお願いします。

◆口の中には細菌が700種類！歯周病と全身疾患◆

口の中には**700種類**とも言われる多種多数の細菌がありますが、通常は相互にバランスを保っています。

しかし、歯の磨き残しなど不潔な状態が続くと歯と歯肉の境目に歯周病細菌が集まり、バイオフィルム(ぬるぬるネバネバした塊)を作ります。歯にこびりついて**歯垢(プラーク)**や**歯石**となり炎症が進み歯周ポケットが深くなります。

口腔内で増えた歯周病細菌が食物や唾液と一緒に気管に入ると**肺炎**の原因になります。血管内に入り全身を巡ると**動脈硬化**が起こりやすくなり**心筋梗塞**のリスクを高め、**肝機能障害**との関連も研究されています。また、最近では**認知症の直接原因**にもなっていると発表されました。歯周病が**妊娠成立にも悪影響**を及ぼし、妊婦さんが歯周病になると、**早産を誘発したり低体重児が生まれたりする危険性**があるとされます。

歯肉の腫れや歯磨き時に出血などの兆候があれば早目に受診し、歯が丈夫なうちから定期的にメンテナンスをおすすめします。

高齢になっても健康寿命を維持していく為には、歯が丈夫なうちからのケアがとても重要になります！

1) 健康な歯肉と歯周病の歯肉



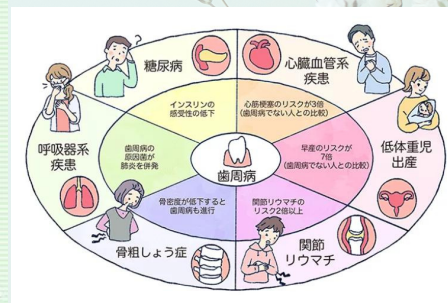
健康な歯肉

- 色 : ピンク色
- 形 : とがっている
- 硬さ : 硬い
- 出血 : なし



歯周病の歯肉

- 色 : 赤色
- 形 : 丸くなっている
- 固さ : ふよふよしている
- 出血 : あり



Instagram



医療法人 SHT

まき歯科・矯正歯科クリニック

Smile Health Thanks

〒700-0975 岡山市北区今3-1-15

Tel; 086-243-1006 Fax; 086-243-1106

Mail; Makishika@do5.enjoy.ne.jp Blog; http://blog.live door.jp/Makishika/