

フッ素について



かんだ歯科クリニック
歯科医師 北代 一寿

フッ素を歯につけるとむし歯になりにくくなると言われていますが、フッ素とは何なのでしょう？ また、フッ素が歯を強くするとはどういう事なのでしょう？

◆生態系におけるフッ素

フッ素はその強い反応性から、自然の状態では単体で存在しません。ですから何らかの物質とくっついて安定した化合物として存在しています。フッ素は特別な物質ではなく自然界のあらゆる物（空気、雨、土壌、動植物組織等）に含まれています。ですから、私達が食べている物の中にもフッ素は含まれており、必ずいへらかのフッ素を摂取している事になります。

◆フッ素の働き

むし歯とフッ素とはどのような関わりがあるのでしょうか。人の歯の表面は、エナメル質で覆われています。エナメル質は人体の中で、最も硬い組織ですがむし歯になると溶けて（脱灰）しまいます。フッ素はこのエナメル質（ハイドロキシアパタイト）に取り込まれると、フルオロアパタイトというむし歯に強い（溶けにくい）物質に変えることができます。また、成熟していない形成期の歯に対しては、より結晶性の高いハイドロキシアパタイトを生成して、むし歯に強い歯にします。また、自然治癒が可能な初期のむし歯の場合、フッ素を塗ることで治癒（再石灰化）を助けることが出来ます。

ただし、フッ素を塗ったからといってむし歯にならないという訳ではありません。フッ素はむし歯予防の特効薬という訳ではなく、予防手段の一つに過ぎません。むし歯予防の基本は、日々のブラッシング、定期的な歯科医院でのメインテナンス、食生活、生活習慣に気を付けなければならぬのは言うまでもありません。

是非一度、当院にて、フッ素塗布をされてみてはいかがでしょうか。

歯科者さんがつくった 新！義歯ブラシ・洗浄剤

My Well 義歯洗浄剤

患者様価格<希望小売価格>¥980

従来の商品よりも、優れた除臭・除菌、洗浄力を持った『My Well 義歯洗浄剤』。弱アルカリ性で金属にも優しく、環境にも配慮した製品です。使用後は数時間で水と酸素にかかります。「安心」・「安全」を掲げた信頼の商品です。持ちやすく、握力の弱い方でも義歯を簡単に磨くことが出来ます。

- ①本品 1g（おおよそ小さじ 1/3）を約 150cc のぬるま湯（約 40℃）又は水に溶かす。
- ②その後、義歯を約 30 分間浸し、義歯ブラシで細かくブラッシング。
- ③よく洗い、湿気が入らないようにキャップをしっかりと閉め、保存。

*ひどい汚れには、直接つけてください。



マイデンチャー義歯ブラシ

患者様価格<希望小売価格>¥380

デンチャー（義歯）を完璧にそして、軽く磨く為に硬さの違う毛を使用し特別にデザインされています。しなやかな毛なので、洗浄の際に水が飛びにくくなっています。総義歯、スプリント、マウスガードなど多種多様です。

- ①ブラシのヘッドは広い面を磨く。
- ②細い後部ヘッドは細かい場所や金具部分を磨く。
- ③使用後は、よく洗浄し、雑菌の繁殖を防ぐ為に乾燥させて保管。
- ④衛生上、一ヶ月をめぐりに取り替えます。



健康の秘訣



めぐみ歯科クリニック
受付 森 和美

はじめまして。水巻めぐみ歯科クリニック所属の森です。

この仕事について約3年、今まではさほど気にしていなかった「歯」がより身近になり、改めてお手入れの大切さを実感しています。毎日の食事が楽しめるのはもちろんのこと、健康にも大きく影響するといわれる歯ですが、それを実感する人が身近にいます。

それは私の祖母です。現在九十六歳になりますが、少し足腰は弱ったものの健康そのもの、特にこれといった持病も無く元気に過ごしています。

健康の秘訣は何か?といえれば、やはり毎日の食事をしっかりきちんと取っている事だと思います。

思えば昔から、歯に関してはトラブルなく過ごせていたように思います。その為何でもよく食べられていましたし、加えて料理が上手でバランスの良い食事を取っていたので、大きな病気をしたことがありません。

現在は老健施設に入所しており、料理は出来なくなりましたが、食事はいつも完食しているそうです。おかげで年齢から考えるとびっくりするくらい健康に過ごせています。

祖母の姿を通して、体の為にも歯のお手入れは大事だと改めて思いました。ともすればおざなりになりがち歯ですが、私もメンテナンスをまめに行い、健康に過ごせるようにしていきたいと思えます。



デンタくんの日記



3 1



4 2



検診コラム

VOL.1

磨きすぎ!?に要注意



和白歯科クリニック 歯科医師 竹下 綾

歯ブラシの硬さはどのくらいが... 答えはお口の中により様々です... 硬さが十分です。



は、根元をゴシゴシ力いっぱい磨いていることで、歯や歯ぐきがすり減ってしまっているのです。

せっかくなので頑張っているのに、もったいないですよ。かための歯ブラシを根元にあてるときは、やさしく磨いて下さい。

力加減、難しいな、と思われる方にお勧めなのは、電動の歯ブラシです。

あなたに合った歯ブラシ、一緒に見つけましょう。お気軽にご相談下さい。

私の仕事



ポスhtonテクニカル 歯科技工士 木村 祐浩

歯は一人一人違うのと同じで、同じ歯型は一つもありません。作る義歯はすべて、オーダーメイドです。

私は、四十歳で歯科技工士の資格を取りました。今、働いている職場に入社して、早いもので一年六ヶ月が過ぎました。



良い義歯が作れる技工士になれるように頑張ります!!

豆知識

虫歯の原因は？

「ミュータンスキン」というのが虫歯の原因になります。



「ミュータンスキン」は砂糖が大好物です。砂糖が入っているものを食べると...



活発(かっぱつ)に動き出します



そして歯垢(しこう)を作ります。



さらに歯垢の中で酸(さん)をつくります。



この酸には歯をとかしてしまうはたらきがあります。



こうして少しずつ虫歯ができていくのです。



口臭の臭いをなくそう



和白歯科クリニック
歯科衛生士 愛川 敦子

皆さんは、口臭が気になるという事は、ありませんか？

口臭の原因は内科的要因を除くと、虫歯や歯周病など口内環境が原因だと考えられます。加齢と共に増える傾向があり、歯垢や歯周病になり、その細菌が「揮発性ガス」を生みだして、口臭の元になります。

私は今年の7月から歯科ドックにも携わっており、口臭検査では呼吸を採取し、原因となる三大ガスの濃度を測定します。

唾液の分泌量低下でも、細菌が増殖し口臭の原因になるため、唾液検査では、唾液の量、虫歯菌の数、虫歯菌がつくる酸を中和する能力を調べます。

デンタルリンスやガムなどは口臭を防ぐ、一時的な対処法で口臭の原因自体はとり除くことができません。歯周ポケットに入りこんだ口臭の元にもなっている歯石は、ハブラシではとれないため、定期的に歯科衛生士に除去してもらうことが、口臭除去になります。気になることがあれば、気軽にお尋ね下さい。



医療法人 恵祐会

ハハハの会 入会のご案内

地域の皆様に歯科情報を多く発信致します

年会費 1,000 円

会員特典

- 1 定期的会報の送付
- 2 口腔ケア商品のクーポン送付
- 3 ホワイトニングなどのクーポン送付
- 4 その他、定期的にキャンペーン等も企画しております。

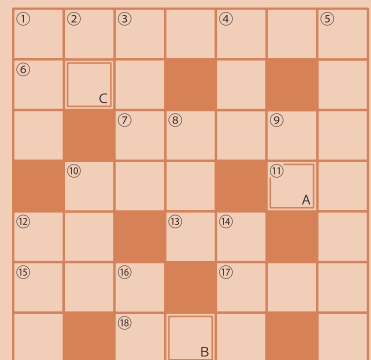


【タテ】

- ①相手の力を全面的に利用する武術を○○○道。
- ②リビングを日本語で？
- ③フランスのパリで年に2回行われるファッションショー。
- ④同点で決着がつかなかったこと。
- ⑤○○○○○○少年「と〜もだち、と〜もだち」。
- ⑥ファースト、セカンド、○○○。
- ⑦地点ごとの経度の違いから生じる時間の差。
- ⑧ソニーのパソコンブランド。
- ⑨ゴルフのバッティング部分のみを取り出して行う遊び。
- ⑩いま人気のAKB48の劇場があるのはどこ？
- ⑪石川遼がCMしている総合風邪薬。

【ヨコ】

- ①Apple社より11月2日より発売されたタブレット。
- ②有田焼を別名○○○焼き。
- ③女性がドレスや衣服に着ける花飾り。
- ④レシーフ、トス、アタック。
- ⑤冊子の単位。
- ⑥円周率をギリシャ語で？
- ⑦扉を英語で？
- ⑧ハンド○○○、パス○○○、○○○ケット。
- ⑨ビタミンCが豊富でさわやかな甘酸っぱい○○○フルーツ。
- ⑩掃除してくれる円盤型のロボット。



解答



しんまち歯科クリニック

北九州市小倉南区田原新町 2-4-16
TEL:(093)475-3830

かんだ歯科クリニック

京都府刈田町富久町 1-2-1
TEL:(093)435-1033

めぐみ歯科クリニック八幡

北九州市八幡西区中原 2-19-3
TEL:(093)613-0418

めぐみ歯科クリニック行橋 口腔外科インプラントセンター

行橋市道場寺 1409-5
TEL:(0930)25-0012

めぐみ歯科クリニック水巻 福岡新水巻インプラントセンター

遠賀郡水巻町立屋敷 1-14-5
TEL:(093)203-1888

和白歯科クリニック 和白口腔外科インプラントセンター

福岡市東区和白丘 2-2-35
TEL:(092)605-8311

ハートフル歯科クリニック

行橋市大橋 3-1-28
TEL:(0930)26-4618

新小文字歯科クリニック 新小文字インプラントセンター

北九州市門司区大里新町 3-8
TEL:(093)372-3939



医療法人
恵祐会

北九州市小倉南区田原 3-2-24
TEL:(093)474-8616 <http://www.keiyukai.gr.jp/>

