

## 早期発見☆早期予防

健康な口腔内環境を維持するために、食生活を含めた生活習慣の確認と確立のためのアドバイスをおこない、そして定期的な個々の歯、歯肉、歯並びなど診査診断をおこないます。

現状維持ができるように、患者様の状態によって異なりますが、大体3ヶ月から6ヶ月の定期検診をオススメします。

虫歯・歯周病は早期発見・早期予防が重要となります。

自宅で簡単にできる虫歯予防の一つは、キシリトールやリカルデント含有のガムを噛んで再石灰化を促します。

キシリトールとは、虫歯菌の原因菌であるミュータンス菌の糖代謝を阻害することにより、酸を作りにくくする天然甘味料です。

歯にいいことしてみませんか(^\_^)?



歯科衛生士 盛内

## 手足口病をご存じですか？

手足口病は口の中や手や足に水疱性の発疹が出るウイルス性の感染症です。夏場に多くみられニュースなどにも取り上げられています。90%以上が5歳以下の乳幼児が多く、飛沫感染、接触感染等によって感染していきます。症状は名前の通り手足や口に水疱ができたり発熱が起こったりしますがあまり高くないことがほとんどで数日で回復していきます。しかし、まれに髄膜炎や小脳失調症、脳炎などの病気を併発することがあるので注意が必要です。この病気の特効薬はなく、対処療法を行って経過観察していきます。もし高熱が2日以上続いたり下痢や嘔吐などの症状が出るようでしたら医療機関を受診しましょう。感染予防としてはしっかりと手をあらうことです。また保育施設などでは排泄物を適切に処理したあとしっかりと石鹸で手を洗いタオルなども共有しないことが大切です。症状が出ないままウイルスだけ排泄していることもありますので日ごろからしっかりと手を洗うように習慣付けましょう！気になることがあればいつでもご相談ください。

歯科医師 佐伯 延彦



## ☆最近の出来事☆

私は8/3(日)~8/7(木)まで父が単身赴任している宮城県に家族で遊びに行きました。

涼しいイメージをもっていました私が行った時は関東と同じくらい暑く、とてもびっくりしました。楽天戦を観に行く為コボスタ球場に行ったのですが、イベントをやっていたこともありチケットが完売で観戦できなかったのが残念でした。宮城にいる間、美味しいものをたくさん食べたり鳴戸温泉や七夕祭りや松島に行ったりとすごく充実した休みを送れました。

話は変わりますが奥松島に行った際、3年前の地震と津波の爪痕がそのまま残されていてとても胸が締め付けられました。まだまだ復興していないところがほとんどなんだと改めて感じました。今回の広島土砂災害もそうですが少しでも被災してしまったところに私もなにか支援できる様に協力していきたいと思いました。



助手 加藤



今回、木曜日と日曜日の計6日間歯科助手講習会を受けてきました。休みの日にあったのでその期間は辛かったです(>\_<)ですが、すごく勉強になりとても良い経験でした！！

これからの診療に役立てていきたいと思えます。

受付 對馬

## 9月の予定!!

木・日・祝はお休みになります。

尚、9/8(月)の午後の診療は3:30~、

9/26(金)の午後の診療は14:30~

17:00まで(最終受付16:30)とさせていただきますのでご了承下さい。

