

予約日をメールでお知らせする

システムを導入しました！！



2018年より予約日の前日正午にショートメールにてご連絡します。
詳しいことはスタッフにお尋ね下さい。



年末年始の忙しさに続いて、新年度への切り替わりでまだまだ忙しくされている方が多いでしょう。患者様にも痛みを訴えて来院される方が多いです。中には虫歯が見られない方がいらっしゃいます。では何故痛いのでしょうか？

それは歯ぎしり食いしばりです。

人は歯ぎしり食いしばりをしない人はいません。

成長期のお子様や体調が悪いとき、疲れが溜まっているときは特にしやすくなります。

歯ぎしり食いしばりによって顎が筋肉痛のようになったり、歯にヒビが入ったり、虫歯や知覚過敏と様々な原因にもなります。しかし、ストレスを溜めないことは中々難しいですよ(；ω；)

- ・寝る直前の糖質（炭水化物も含む）を控える。
- ・ナイアシンの多い食べ物を食べる。
- ・寝る前に自己暗示をる。

少しの心がけで減少されます！…

試してみてください♪



歯科助手 對馬



歯の治療は痛いもの、怖いもの、不快なものというイメージをお持ちではありませんか？当院ではそんなイメージを取り払いもっとリラックスして楽な気持ちで治療を受けて頂けるように笑気吸引鎮静法（リラックス麻酔法）を取り入れています。笑気吸引鎮静法とは、鼻か笑気ガスを吸引して気持ちを鎮静させる方法です。吸入中は歯を削る不快な振動や注射の痛みもあまり気にならなくなり、ゆったりした楽な気分です。時間のたつことも忘れて治療を受けていただくことができます。また吸入を止めれば、すぐに元の状態に戻るので安心です。

ご興味のある方は遠慮なくお声かけ下さい。



歯科衛生士 石塚

☆サプリメント始めました☆

私事ですが、日々の食事、規則正しい生活で健康を保てていると思っていましたが、年々、身体の不調を感じ始め((笑))、栄養学に詳しい阿久澤先生から、食事だけでは摂りきれない栄養素について学びました。

一日に必要な量、鉄：15mg（鶏レバー1本100g×2）、亜鉛：15mg（牡蠣1個20g×6）、ビタミンB1：75mg（豚ヒレ肉100g×62、納豆1個50g×1875）。だそうです(°Д°)！

当院で取り扱いのあるサプリメントはGMP規格といって、製造、出荷にいたる全ての過程において製品が安全に作られ、一定の品質が保たれるように定められた規則とシステムによって作られています。

ご興味ある方はぜひ、スタッフまでお声かけ下さいね！



歯科助手 嶋



3月のお知らせ

木・日・祝日は休診日です。

毎週水曜日の午後の診療は15:30～となります。

無断キャンセルや遅刻が多い方にはご予約をお断りする場合がございます。

また、駐車券は保険診療の方は

最大1時間までのお渡しとなります。

ご理解とご協力の程お願い致します。