

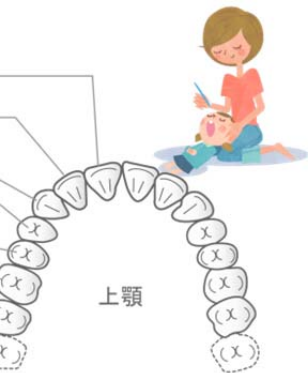
6歳臼歯はなぜ虫歯になりやすい?

5, 6歳ごろ、いちばん奥に生えてくる永久歯が6歳臼歯です。6歳臼歯は1, 2年かけて、ゆっくり生えてくるため、上は歯の生え始めは見えにくく気づかないこともめずらしくありません。

半分歯ぐきに隠れている生え始めのときは、歯ブラシが届きにくく汚れが溜まりやすいので、しっかりケアをしていきましょう。

歯医者さんでの定期的なクリーニングとフッ素塗布。ご自宅での歯磨きでもフッ素入り歯磨き粉やフッ素ジェルを使って虫歯予防をしましょう。

- 中切歯 (7~8歳)
- 側切歯 (8~9歳)
- 犬歯 (11~12歳)
- 第1小臼歯 (10~11歳)
- 第2小臼歯 (10~12歳)
- 第1大臼歯 (6~7歳)
- 第2大臼歯 (12~13歳)
- 第3大臼歯 (17~21歳)



Dr あくざわサプリメント通信 Vol.14

皆さんこんにちは！院長の阿久澤です。私が栄養医学を学び始めてから早3年半が経ちました。自分自身の食生活を改善したことで、はっきりとした違いが出てきました。一つは、私、毎日のようにお酒をたしなんでいるのですが、献血で生化学検査のDATAを見ると毎回のようにγ-GTPという項目にはいつも要注意マークの『#』が付いていました。(下記のDATAは私の物です)

生 化 学 検 査				
採血日	平成25年 7月 7日	H21. 2. 1	H19. 8. 31	H18. 9.
採血種類	400mL	400mL	400mL	400mL
ALT (GPT)	9	26	23	18
γ-GTP	39	140#	199#	113

しかし、食事の摂り方とサプリメントを飲むようになり、大きく数値が変わりました。お酒の量は変わっていないのに、数値がぐんと良くなったのです。又35年苦しんだ花粉症が昨年今年と薬を使わずに過ごせました。何をしたかという・・・！

糖質制限と油の摂り方、そしてサプリメントを数種類服用しただけです。さあ皆さんも是非食事を見直し、ご自身の体を健康にしましょう！



段々春らしい陽気の日が増えてきましたね！！

桜の開花が待ち遠しいです♪♪

皆様体調は大丈夫ですか??

私はウィルス性の蕁麻疹になって

しまいとても辛いです(^_^;)

早く治して仕事に復帰したいです。

皆様も体調には気をつけて下さい(*^_^*)

受付・助手 加藤



❁春爛漫❁

暖かくなり桜の花も咲き始めました。桜の花言葉は「心の美」、命短くとも美しく咲いて潔く散る桜、2014年の開花日は3月25日、東京・横浜の満開日は3月31日でした。

私はこの季節が一番好きです☆お花見をしたり、桜並木を通ったりと毎年短い期間を存分に楽しみます☆お勧めスポットがあれば是非教えて下さい❁❁❁



受付・助手 多田

4月の予定

通常通り木・日・祝日は休診日になります。

診療時間変更日：4/22(火) 午後の診療 3:30

~7:00に変更になります。ご了承下さい。