

山田歯科通信



～健康から人と社会を元気にする～
山田歯科クリニック TEL0467-82-1180

発行人: 弘中あまね

Vol. 31 2023年12月発行



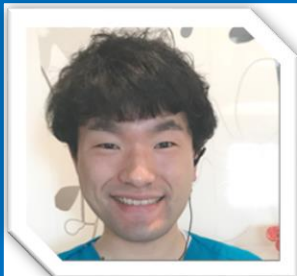
祝 勤続3年・15年!!

太陽副院長・菊地衛生士

おめでとうございます

「山田太陽先生」勤続3年、副院長としては1年半、「歯科衛生士 菊地麻衣子」勤続15年を迎えました。

そこでお二人にちょっとしたインタビューをしてみました♪



副院長 ニコニコデンティスト 山田太陽 歯科医師

院長の息子さんで、現在は大学病院「歯周病科」に勤務。週1日(火)に非常勤で勤務中です。

○山田歯科に勤めてみてどうですか？

お困りの点が改善された後も再発防止・予防の観点から、多くの患者様が継続してメンテナンスで通院されている印象で嬉しく思います。また、スタッフ間の連携も素晴らしく、歯科器具も多く揃っているので質の高い医療を提供できるなど考えています。

○今後の抱負をお願いします！

高い医療の質を維持、さらに向上させることはもちろん。加えてどうしても長期的治療になってしまう「歯科医療」に関してできる限り分かりやすい説明を心掛けて、患者様と協力していける関係をより築いていきたいです。

○患者様へ一言メッセージをお願い致します！

歯科疾患の多くは感染症が原因です。その改善には医療者と患者様の両者協力が不可欠だと考えています。分かりやすい説明を心掛けてはいますが、治療に関して分からないことがございましたらいつでも相談して下さい！



ピカピカ歯科衛生士 菊地麻衣子 歯科衛生士

○勤続15年を迎えてどんなお気持ちか、

一言メッセージをお願いいたします！

こんにちは。菊地です。

山田歯科に勤めさせていただいて、おかげさまで勤続15周年を迎えることが出来ました。

専門学校を出たばかりの歯科衛生士としても、社会人としても未熟だったわたしが15年という長い期間の間勤められたこと。途中、出産・子育てのためお休みをいただいた後、復帰した際には温かく迎えてくれたこと。

とてもとても有難いことばかりです。

院長、スタッフ、そして患者様に支えていただきながら働けていることに深く感謝しています。

健康で笑顔になってお帰りいただく患者様を増やして行きたいと思っています。

山田歯科を選んでいただいた患者様にお口から健康になっていただけるように、今後とも努めていきます。

これからもよろしく願いいたします。

寝る時貼るだけで健康に！？



簡単マウステーピング！

口呼吸していませんか？

- 皆様、こんなことに心当たりはございませんか？
- ・気づけば口が開いている
 - ・口内炎がしやすい
 - ・朝起きると口が乾いていたり、喉がイガイガしたりする
 - ・口の中がネバネバする、口臭が気になる 等



心当たりがある方は、もしかしたら口呼吸をしているかもしれません！

口呼吸をつづけていると身体にとって**悪影響**になります！

〇ムシ歯や歯周病、口内炎のリスクが高くなる！？

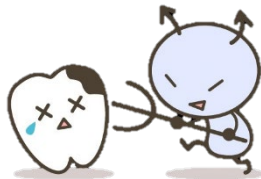
口呼吸になると口の中が**乾燥**し、唾液の**殺菌作用**や**自浄作用**が働きにくくなってしまいます。また、唾液の作用が働かなくなることで歯の表面や歯と歯肉の間に粘着性の高いプラークが付きやすくなってしまいます。そのため、ムシ歯や歯周病等のリスクが高くなるのです。

また、口が乾くと喉の奥の扁桃腺やリンパ組織も乾燥し、扁桃病巣感染症やアレルギー反応や風邪を引きやすくなり、花粉症やアトピー性皮膚炎を悪化させるなど、様々な**病気の引き金**となります。

〇歯並びが悪くなる！？

口の中で舌が口の上側に位置し、舌や唇から適度に圧力がかかることで歯並びやあごは正常に発達していきます。

口呼吸が習慣化してしまうと常に口が開いたままの状態になっています。そのため口の筋力が弱まり、歯並びが悪くなっていくのです。



そこでおススメしたい口呼吸の治し方が

『**マウステーピング**』です！



タレントのパックンをご存知でしょうか？
役者、ナレーター、大学講師など幅広く活躍されている方です。
そんな方も10年以上愛用されている方法こそが、マウステーピングです。

やり方としては、医療用のサージカルテープを5cmに切り、お口に縦に貼るだけです。

きつく貼る必要はありません。

また、テープは市販のばんそうこうでも代用することが出来ます。

ご自宅でも簡単に行えるので、ぜひ今日からでも試してみてください！



～編集後記～

一段と寒さが厳しくなってきましたが、皆様どうお過ごしでしょうか？

今年も良い一年を過ごせたと締めくくれるように、体調管理にはより一層気を付けていきたいですね。

また来年、元気に笑顔でお会いできること楽しみにしています。

～冬休みのお知らせ～

12月28日(木)～1月4日(木)まで休診となります。

ご迷惑おかけしますが、よろしくお願ひいたします。

年内のメンテナンスのお約束はお早めに！

