



ハヤカワ歯科インフォメーション

— 安心と安全、そして快適な生活を応援する歯科診療を心がけています。 —

令和6年8月
第129号



残暑お見舞い申し上げます。

今年の夏は、予想通りの「猛暑」となりました。そんな夏を「健康的」に過ごすためにはいろいろなアイデアが必要です。「涼しい服装をする」：通気性が良く、吸汗速乾、冷感などの機能のある衣服を着たり、「日差しを避ける」：外出時は、日傘、帽子、日よけカバーなどを活用します。「体を冷やす」：ネッククーラー、保冷剤、うちわや扇子などを活用します。そして、汗で失われた「水分やミネラル」を補給しましょう。

「野菜を食べて免疫力アップ」：茄子の紫やピーマンの濃い緑、トマトやパプリカの赤などの夏野菜に多い「濃い色素にはファイトケミカル」と呼ばれる「抗酸化力」の高い栄養成分が多く含まれており、「免疫力アップ」に役立ちます。また、「野菜」を摂ることで、暑さで失われがちな「水分やミネラル」の補給もできます。「1日350g」を目標に食事に「野菜」を加えて、暑さに負けない体づくりをしましょう。「歯周病」も全体の身体の健康と関連しており、疲れたり、睡眠不足で「免疫力」が低下すると、「慢性炎症が急性化し」、腫れたり、痛んだりしてきますので、身体の「免疫力アップ」で「今年の猛暑」を乗り切りましょう。

ハヤカワ歯科 院長 早川琢郎

生活習慣病と歯周病②

「歯周病」は「生活習慣病」として位置づけられ「歯周病細菌」による感染症であり、「口腔清掃、食習慣、喫煙、ストレス」など「生活環境による環境因子」と「固体の持つ宿主の防衛機能因子」との相互作用による疾患といわれています。

「歯周病」と相互の影響が深い「生活習慣病」として「糖尿病」があります。「健康な人」に比べて、「糖尿病の人」は「唾液の分泌が低下」します。更に、「唾液中の糖分の濃度が上昇」し、「デンタルプラーク(歯垢)の付着」、「細菌の増殖」が加速し、「歯周病」が進行する「リスク」が高いと考えられています。更に、「糖尿病」になると、感染によるダメージを受けた「組織の修復」が遅れることに加え、「高血糖による血管損傷」で、より「歯周病」が悪化し易い状態となります。高血糖症状が続くと、「白血球機能や免疫機能が低下」し更に「歯周病」が悪化し易い状態になります。



ダリア

ハヤカワ歯科お薦めの歯磨き剤①

ハヤカワ歯科では、「ジェルコートF」をお薦めしています。殺菌成分として、「0.05%塩酸クロルヘキシジン」、歯質の強化として、「フッ化ナトリウム 1450ppmF」、炎症抑制効果として、「抗炎症成分β-グリチルリチン酸」が配合されて、「歯周病・むし歯」に対してとても効果があります。「ジェルコートF」は、ブラッシングの後、できるだけ「歯面・歯肉」に薬用成分を留めるための「ジェル設計」がされ、「粘着性と流動性の高いジェルが歯面・歯肉を優しくコート」します。一般のペーストタイプの歯磨き剤より「歯磨き剤の成分」や「歯面への滞留性に優れたジェル設計」がされていることから、「就寝前の歯磨き剤」として、「3DS」に使う薬剤としても活用いただけます。



8月のお知らせ

- 「ハヤカワ歯科のホームページ」では、「当院の診療方針」や「ハヤカワ歯科インフォメーション」のバックナンバーを掲載しています。これからも、皆様のお役に立つ情報の提供と内容の充実に努めてまいります。(URL) <http://www.hayakawashika.com/>
- 「ハヤカワ歯科松戸市小金原」検索をお願いいたします。
- 「小児の歯並び」「咬合育成」のご相談、随時受け付けております。
- お口の機能の維持のための「オーラルフレールの簡易検査」、「トレーニング」行っています。
- 「新型コロナウイルス感染症」に対する感染対策は、医療機関のガイドラインに従って「皆様の健康の安心安全」を考慮して、従来通り行っていきますので、ご理解ご協力のほどお願いいたします。
- 口内環境のための「プロバイオティクス」ご案内しています。

日曜診療日(9時~13時30分)

8月4日、18日 / 9月8日、29日