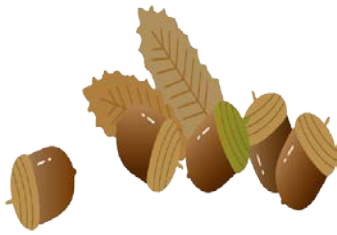


むさしデンタルオフィス通信

2009. 10

Vol. 26



こんにちは。院長の武蔵です。今年からできたシルバーウィークなんていう休みも終わり、寒い季節がまたやってきますね。私自身は夏よりも寒い季節の方が好きですが、皆さんはどちらがいいですか？どちらにしても季節は過ぎまた廻るですね！

歯周外科

皆さんは歯周外科という言葉聞いたことがありますか。歯周病などの治療法のひとつなのですが、あまり聞きなれない言葉かもしれません。歯周病については以前から何度もお話しているので、もう皆さん理解していただけたと思いますので説明は省略させていただきます。歯周外科は歯周ポケットが深い場合に適応になります（必ずではありませんが）。深い歯周ポケットが存在している場合、どんなにがんばって歯石取りを行っても50%ぐらい歯石の取り残しがあるといわれています。このような場合は歯茎を開いて、直接歯石の取り残しがある部分を目で確認して、綺麗に歯石を取り除きます。開いた歯茎を元に戻して、糸で縫合します。このような処置を歯周外科と言います。歯周外科の適応となる患者さんは比較的多いのですが、実際この処置を受けたことのある患者さんは少ないようです。なぜなら歯周外科を行わなくても、歯ブラシと歯石取りで一時的に歯茎の炎症(腫れや出血)が抑えられるからです。最近ではレーザーなどで炎症を抑えることもできます。しかしながら、これでは原因の除去ができていないのです。一時的に炎症が抑えられたとしても深いポケットの中にはまだ歯石がついています。この歯石をねぐらとしてまた歯周病菌が住み着いて、さらにポケットを深くしてしまいます。そして何年後かには、その歯は抜歯しなければいけなくなります。術後に痛みや腫れが出るので、私たち歯科医師も強くは勧めにくいのも事実です。しかし、今後のことを考えると必ず必要な治療です。



歯周外科前



歯周外科後



かぶせ物をつけた後

ストレス

最近、芸能人の薬物使用のニュースがテレビを騒がせています。私もファンの女優さんまで捕まってしまいました。なぜ、薬を使ってしまうのでしょうか。私が思うにはストレスが一番の原因なのではないかと思えます。特にテレビの仕事をしている人たちは、毎日誰かに見られていて、休息の場も無いような状態なのではないでしょうか？最近では普通の主婦が薬物を使っているというニュースもやっていました。それから、最近睡眠障害の人が多いと聞きます。眠れないので睡眠薬を使っているようですが、最初は弱い薬でも、徐々に強い薬に移行してしまう人もいます。ストレスで脳が疲れているだけで体は疲れていないので、よく寝られないといった症状になることもあります。実はこのストレスはさまざまな病気との関連性があると言われています。直接の原因にならなくても、間接的にその病気を悪化させたりもします。このストレスをなくすことはできないと思えますが、少なくすることはできるのではないかと思えます。ひとつは適度な運動です。私たちはどうしても運動不足になりがちです。本来私たちはもっと動かなければいけないのだと思えます。適度とありますが30代～50代までの人は、かなりの運動量が必要だと思えますよ。もうひとつは本音を話せる家族や友人を持つということです。悩みは人に話すことが解決の近道だと思えます。自分ひとりでは考え方が偏ってしまいますからね！矛盾してますが人に言えない悩みこそ、友人や家族に相談しないと解決できないと思えます。薬には必ず副作用があります。麻薬は絶対使わない！普通の薬もお医者さんの処方に従って正しく使ってください。ストレスの無い社会ができるといいですね！

マツタケ

私はきのこが大好きです。しいたけ、まいたけ、えのき、なめこ、等々きのこがあればお酒も相当すすんでしまいます。マツタケも大好物なのですが、高価なのであまり沢山食べた記憶はありません。最近では外国産のものもあり、安い物もあるようですが、少し怖いのであまり買いません。ところが、先日あいば歯科医院の相場隆広先生からマツタケを頂きました。こんなに大きなマツタケを食べたこともないので、さっそく妻にわたして、焼いてもらいました。残りはマツタケご飯にさせていただきました。子供たちは幼稚園のお弁当にまでマツタケご飯を持っていきました。その日の夜は、秋田の日本酒消費量をまた上げてしまったのは言うまでもありません。相場先生ごちそうさまでした。



2009/10						
日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

2009/11						
日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

むさしデンタルオフィス
秋田市保戸野通町 4-8 1F
TEL : 018-853-8214
フリーアクセス : 0800-800-8461
<http://www.musashi-dent.jp>

10月、11月の休診日です。赤字は休診日となります。