

むさしデンタルオフィス通信

2011.12.vol.52

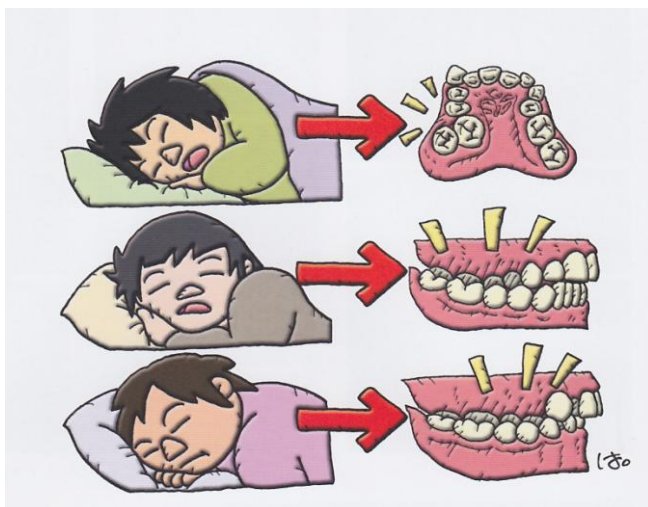
皆さん、こんにちは。歯科衛生士の石川です。
早いもので今年も残すところあと一ヶ月になりました。
最近は天気予報に雪だるまのマークもちらほらと現われて
きました。震災後の節電は冬も続いています。風邪な
どひかぬよう気をつけて新しい年を迎えたいですね。



歪み

皆さんは普段どのような体勢で眠っているのでしょうか？「仰向け」「うつ伏せ」「横向き」人それぞれ眠りにつきやすい体勢があると思います。

「うつ伏せ」や「横向き」の場合、左右どちらか決まった側が下になっていないでしょうか？ この場合、顔面の片側に大きな力がかかるため、顔の下に手の平を入れる人が少なくありません。そうすると顔面の一部に強い持続的な力が加わります。「頬杖」「唇を咬む、巻き込む」「親指を吸う」「噛みしめる」「歯軋り」などの癖がある場合も同じです。どれも決して強い力ではありませんが、こうした力は歯列のアーチを驚くほど歪ませ、顔や体の歪みにつながっています。



お口のバランスが壊れると全身の体調不良（偏頭痛、肩こり、腰痛など）につながり、全身の歪みはお口の歪みにつながります。歯列のアーチの改善には、矯正治療や咬み合わせの治療が考えられますが、自身が日常生活の姿勢、睡眠姿勢、唇や舌の悪い癖、咬み癖に気づきその習慣を改めること、これが第一歩です。

トピックス

当院の技工室に新しくセラミックを使った補綴物を作る機械が導入されました。

セラミックはプラーク（歯垢）がつきにくく、変色も少なく、強度があります。そして内面に金属を使用しないので透明感があり軽く出来ます。



今までは工程の一部を外部に発注をしていた分の製作期間が長くなっていました。しかし院内ですべての工程が出来るようになり大幅に製作期間が短縮出来るようになりました。さらにコスト面でも割安に出来るようになりましたので、興味のある方はスタッフに確認して見て下さい。

癒し

我が家のペット。ミニチュアダックスの「らいむ」です。今年の冬で家族になって7年になります。2年前椎間板ヘルニアになって後肢麻痺が発症し、このまま歩けなくなるのかと心配しましたが、今では何事も無かったかのように元気に走り回っています。「らいむ」の愛らしいしぐさにホッと心が和み癒されています。



2011/12						
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

2012/1						
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				

12月、1月の休診日です。赤字は休診日となります

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>