

哲風会通信

2014. 2

VOL. 26

年が明けて早いもので1ヶ月が経ちます。まだまだ寒い日が続いていますね。2月になると二人の娘たちはバレンタインのチョコ作りに大忙しです。簡単なものですが手づくりの物は気持ちが入っていて、あたたかい感じがします。そんな思いやりの気持ちを忘れずにいて欲しいです。私は片づけを手伝って味見をしようかな！



知覚過敏



虫歯でもないのに冷たい物（温かい物）を食べたり飲んだりした時、歯磨きをした時、歯に風があたった時など一時的にキーン、ズキーンと歯がしみる事がないですか？

四人に一人が知覚過敏だと言われています。みなさんも一度は耳にした時がありますよね？

虫歯でも歯周病でもないのになぜ歯がしみるのでしょうか？

- ・何らかの原因によってエナメル質が傷つき象牙質が露出する
- ・露出した象牙質が刺激を受け象牙細管を通じ歯髄神経から脳に伝わる

一度なってしまうと長期的治療が必要になることが多いので予防することが何より大切です。

予防法として・・・

- ①ナイトガード 歯ぎしりや咬みしめが原因の場合には夜寝る前にマウスピース(ナイトガード)を装着することによって歯にかかる負担を軽減させることができます。
- ②歯磨き粉 知覚過敏用歯磨き粉(シュミテクトなど)を使用すると、露出した象牙質をカバーし象牙細管へ刺激が伝わらないようにしてくれるので症状が緩和されることが期待されます。
- ③ブラッシング 正しい歯磨きをする事によってエナメル質が傷つくことを抑え予防・症状の変化を抑える事が期待できる。

予防と同じくらい大切なのが歯科医による定期健診です。自分では歯磨きが出来ていると思ってもプラークを完全に除去することは難しいので、定期的に診てもらえる事が大切です。『歯がしみる』この症状こそ虫歯、歯周病、知覚過敏などの歯周疾患のサインかもしれないので歯がしみたら早めに歯科医の診察を受ける事をおすすめします。

ノーザンハピネッツ

秋田にプロのバスケットチームが出来て数年になります。初めはそれほど気にもしていなかったのですが、子供がバスケットをしているのでそれにはまり今では親子でブースターです。都合がつけばなるべく応援に行くようにしています。秋田のブースターの数は全国でもトップクラスでいつも体育館は人でいっぱいです。ホームはもちろん、アウェイの試合もかなりの人が駆けつけるようです。秋田県民の秋田を応援する気持ちがとても嬉しいです。みなさん、もっと秋田を盛り上げましょう、そして、有明へ！！



今回の通信担当

むさしデンタルオフィスの菅原です。子供達も大きくなり少し時間ができそうなので、応援ばかりでなく何かスポーツでもやろうかなと思っています。まずは怪我のないように簡単なものを・・・歩くことから始めようかな！！

医療法人 哲風会
むさしデンタルオフィス

〒010 - 0912
秋田市保戸野通町4 - 8
TEL:018-853-8214
フリーアクセス:0800-800-8461

医療法人 哲風会
ちづ歯科クリニック

〒018 - 1605
南秋田郡八郎潟町川崎字昼寝
233 - 1
TEL:018-875-2801