

ア歯科 ケア通信

こんにちは！ケア通信17号です！

みなさん、こんにちは。少し暖かくなり、ポカポカと気持ちのよい季節になりましたね。お花見には行かれましたか？今年度もケア通信をどうぞよろしくお願ひします。

新しい連載も始まりました。今後もお口の健康に役立つ内容をたくさん載せていきます。ぜひ参考にして下さい。

17号のテーマ

- ◆健口体操
- ◆口腔内写真について
- ◆技工所便り
- ◆ケアエッセイ (Dr.M)

健口体操

健口体操とはお口の体操のことです。身体と同じように、お口も動かして鍛えましょう。年を重ねるにつれて、食べる・話す・呼吸するなどのお口の機能が低下します。お口の周りの筋肉、舌の力も衰えてきます。楽しくいつまでも美味しい食事ができるよう、健口体操でお口の機能を高めましょう！！

お口の周りの筋肉にも作用するので、アンチエイジング（頬のリフトアップ）の効果も期待できますよ。簡単な体操です。お試してください。♪むすんでひらいて♪のリズムに合わせてお口を動かして下さい。

今後、シリーズで簡単なお口の体操を紹介していきます。お楽しみに。



お口の中はどうなっているの??

お口の中を、隅々まで見たことがありますか。

頑張って見ようとしても、鏡で見える歯は前歯くらいですよ。奥歯や歯の裏側は見えにくいですね。奥歯や歯の裏側はどうなっているのだろう。どこにむし歯ができているのだろう。気になりませんか？

そこでア歯科では、お口の中専用のデジタルカメラを使い、お口の中の状態を写真に撮り、記録に残しています。写真を使って、患者さんにより分かりやすく歯・歯ぐきの状態を説明しています。

お口の中がはっきりと見えるので、言葉だけの説明よりも分かりやすいですよ。（記憶よりも記録です!）

お口の写真は、治療を始める前・治療が終わった後に撮影しています。治療の経過がよく分かるように、治療の途中にも撮影することがあります。写真は治療の記録として、患者さんにとっても当院にとっても非常に大切な資料となります。詳しくは、歯科医師・歯科衛生士までお尋ね下さい。

お口の中を撮るアイテム



デジタルカメラ

お口の中専用のデジタルカメラです。隅々まで鮮明に写るので、自分のお口の中をそのまま見ることができますよ。



口腔内ミラー

歯の裏側や、かみ合わせを撮るときは鏡を使います。鏡を使い、いつもは見えないところの歯・歯ぐきを撮影します。

写真を撮る準備



お口の中がよく撮れるように、頬をグッと伸ばすプラスチック製の器具をつけます。少し引っ張られる感じはありますが柔らかいので、痛みはほとんどありません。歯や歯ぐきがよく見えるようにします。



撮影開始です。

手早くお口の中の写真を撮っていきます。お口を大きく開けて下さい。患者さんの協力なしに写真は撮影できません。

撮影中はフラッシュが光りまぶしいので、目は閉じていて下さい。大切なお口の記録のために、少し頑張ってくださいね!



撮影後はすぐに、写真をパソコンの中に取り込んでいます。画面に映して患者さんに説明しています。個人情報の管理は、きちんと行っています。

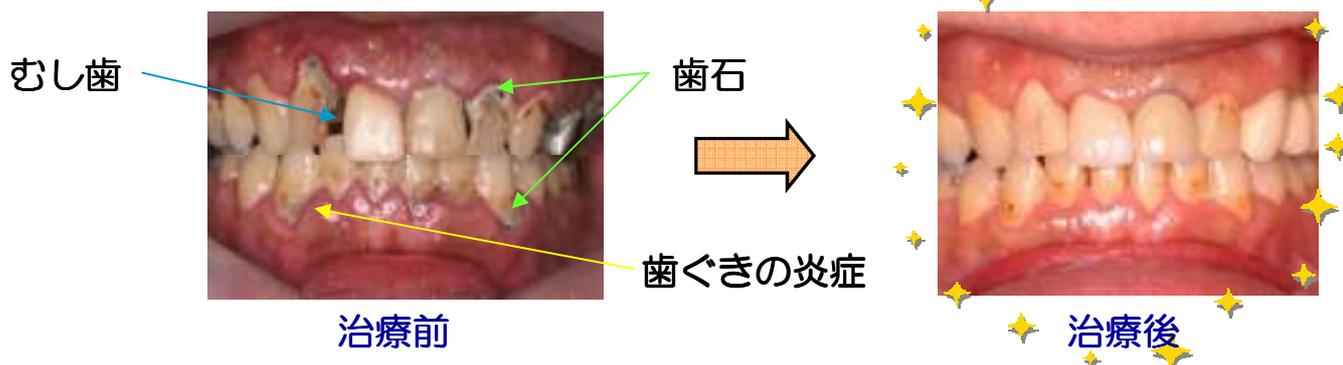
口腔内写真(お口の中の写真)

スタッフAさんのお口の写真



歯の裏側までよく見えます。歯ぐきが腫れている所、歯石がついている所、磨けていない所、治療している所など自分の目で自分のお口の中を確認できます。目をそらさずに、自分のお口としっかり向き合って下さい。自分のお口の中をよく知ることが治療の第一歩です。写真を参考に歯磨きの仕方や、今後の治療について具体的にお話します。

先生や歯科衛生士の説明をよく聞いてくださいね。



どうですか？すごく変化しているのがよく分かりますね。もし写真を撮影していなかったら、このように歯や歯ぐきの変化に気が付きませんね。むし歯で欠けていた歯が、つめ物をする事で本来の歯の形に戻っています。赤く炎症をおこしている歯ぐきが、歯垢・歯石を取って掃除することでサーモンピンク色の健康な歯ぐきに治っています。

患者さんと一緒に力を合わせなければ歯・歯ぐきの治療は進みません。一緒に頑張りましょう。一人一人のお口にあった歯磨き方法は衛生士がお伝えします。治療の後は定期的(3・6か月毎)に歯科医院での健診にお越し下さい。綺麗な口を長持ちさせましょう。



ア歯研(技工所)

ア歯科の4階に技工所があります。
10人の技工士が黙々と作業しています。



自分のお口の中をつめ物・かぶせ・入れ歯は誰が作っているか知っていますか？
技工製品（つめ物・かぶせ・入れ歯）は全て歯科技工士によって製作されています。
当院の様に、診療所内に歯科技工士がいて技工製品を全て内部で製作している診療所は、
最近では大変少なくなっていました。言うまでもなく、歯科医師と歯科技工士と患者さんを隔てる
距離は近いほどベストです。患者さんに質の高い医療サービスを提供するためには、この3者間で緊密な
情報交換が出来ることが大切だからです。

近くにいるからこそできるサービスがあります。状態にもよりますが、入れ歯の修理は普通なら数日
お預かりして直しますが、当院は技工所があるのでその日のうちに数時間で修理ができます。
患者さんと顔を合わすことはほとんどありませんが、一人一人のお口に合った技工製品をつくっています。
みなさんにあまり知られていない技工所をちょっとだけ紹介します。



歯科技工士は一つ一つ手作業で丁寧に技工製品を
作っています。とても細かい作業なので、顕微鏡を
使って作成しています。

ケアエッセイ

Dr.Mのつれづれ歯科

私は歯科医に成り立てのころ大先輩の先生にこんな事を言っておこられた憶えがあります。
「歯医者が世の中から突然なくなったら、もしかして歯の病気はうんと少なくなるのでは？」

私のこの思いは、歯科疾患の大部分が自分の生活から作られたものだから自助努力でかなり抑えられる
かもしれないと感じていたからでした。治す人がいなければ、ほっといても自分の生活に目がゆかざるを
えないと。

でも今から考えるとちょっと乱暴な発言ですよ。

みんな、みんないろいろな気持ちで、いろいろな考えで、いろいろな条件で精一杯生きているんですから。
それをお互いに認め合わないと立つ瀬がありません。

いつしか私は歯を仲立ちとしてその方の心や生活に向き合うことが自分の使命(ちょっとおおげさ)かなと
思うようになりました。

口の中を診るとつくづくその方の生活の履歴をかいまみるようで、なにかしら感慨深いものです。

～編集後記～

ケア通信17号楽しく読んでくださいましたか？
次回は8月に18号発行予定です。テーマは「歯磨き剤」について
です。むし歯、歯周病予防の成分も説明します。

4月に新しい先生が入所しました。先生の意気込みも次号で
お伝えします。みなさん18号もお楽しみに！！

