

田中歯科だより

山鹿市山鹿 1504-1

TEL:0968-43-2597

発行日:平成25年5月1日

No. 43



～お知らせ～



皆様こんにちは。日に日に暖かくなり、日中の陽射しもだんだん厳しく感じられるようになってきましたね。今は春に運動会が行われるところも多いので、今月に運動会がある御家族もたくさんいらっしゃるのではないのでしょうか。ゴールデンウィークもありませんし、良い思い出をたくさん作りましょうね☆

トピック

前は、「口臭の原因」についてお話しましたね。今回は「口臭の予防や対策」についてお話しようと思います。口臭の主な原因である、「揮発性ガス」を抑えるためには、唾液の量とお口の中の衛生状態が重要になってきます。唾液の量を増やす方法として以下のようなものがあります。

1. 水分を十分に補給する。
2. よく噛んで食事をする。
3. 舌先で舌の付け根あたりを刺激する。

(舌の付け根には、唾液の出る所がありそこを舌で刺激することで、唾液が出る量を増やすことができます。)

お口の中の衛生状態を良くするためには、毎日ハミガキをすることはもちろんですが、ムシ歯や歯周病をきちんと治療することも重要です。ハミガキをする際に、舌も一緒に磨くとより効果的です。(舌用のブラシもあります)

口臭を防ぐ食品(ガム・タブレットなど)や、グッズもいろいろありますが、一時的なものですので、それを理解した上で使用しましょう。ぜひ、予防や対策を実践してみてくださいね☆

1. 今まで毎週土曜日は郡先生が1人で担当していましたが、4月から毎週月曜日担当の山崎先生も来て下さるようになりました。

2人の先生がいることで、より充実した治療を皆さんにできるように頑張ります。

改めて、担当の先生をお知らせしますね!

月	山崎 陽 先生
火	赤崎 幸太 先生
水	平川 陽一 先生
木	湯野 晃 先生
金	大穂 耕平 ^(午後) 先生 郡 英寛 先生
土	郡 英寛 先生 山崎 陽 先生

最後まで読んでいただき、ありがとうございました。来月は6月ということでムシ歯予防週間があります。ご家族や、お友達にしばらく歯科に行っていない方がいらっしゃれば、この機会にぜひ検診をすすめてみましょう!! では、来月もお楽しみに(^v^)

