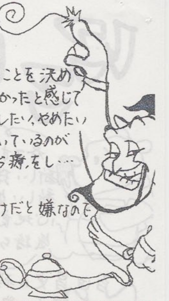
患者様の感想文紹介

【成人矯正治療を受けての感想】（24才、女性）

白田歯科医院には、自分の友達がいたこともあり、成人矯正治療を受けることを決めました。最初は相談等があり、自分の歯の今の状態を知ることができ、とてもよかったと感じています。装置をつけてからの数日間は口の中の異和感と頭痛で何度も取り外したく、やめたいと思いましたが、時間がたってくるうちにそれも慣れ、調整日のたびに少しずつ歯が動いているのがわかるとだんだん楽しみになってきました。昨年の夏 4本の抜歯をし、歯肉のレーザー治療をし…と思っていたよりもいろんな治療がありますが 今は歯を見るのが楽しいです。

正直歯みがきは大変だし面倒ですが、せっかく矯正が終わった時に虫歯だらけだと嫌なので歯みがきも以前より丁寧になったと思っています。

まだまだ道のりは長いですが、将来のために歯を大切にしていきたいです。



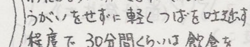
衛生士・久原がおくる
知って得する歯の話

ホームジェルを使ってみませんか？
歯のしみる方、歯肉炎の方におすすめ！

ホームジェルの主成分「フッ化第一スズ」は、歯を強くするフッ素と抗菌作用があります。（味も5種類あって、子供から大人まで使用できます。）

1、虫歯予防　2、歯肉炎、歯周炎予防
3、知覚過敏の軽減
4、口臭防止 の4大効果があります。

使い方としては、いつものように歯みがきした後に、歯ブラシにあずき大の量のホームジェルを付け、すべての歯にいきわたるようにみがきます。そのあとは、うがいをせずに軽くつばを吐き出す程度で30分間くらいは飲食を控えて下さい。（夜寝る前にすると効果的です。）詳しいことはスタッフに聞いて下さいね。



オススメの本

「LOVE LETTER」著：岩井俊二

雪山で死んだフィアンセの三回忌に、主人公の女性は、フィアンセが中学時代に住んでいたという住所に手紙を出してみた。過去を断ち切ろうと。すると、今は国道となっているはずのその場所から返事がかえってくる。一体誰から……!?
そこから奇妙な文通が始まります。
映画化もされているこの作品は、韓国のスター、イ・ビョンホン氏も、好きな日本映画の中の1本だそうですよ

日々新聞より

連載エッセイ
歯医者のひとりごと
百田昌史

予防こそ最大の治療
その15

一、二年の間隔で来院する気になる子がいます。小さい頃から明るくて元気で人懐っこい女の子です。そろそろ高校生ぐらいになるでしょうか？

いつも新しいむし歯を作ってやって来ます。どうかして、むし歯ができないようにしてやりたいと毎回いろいろと考えるのですが、なかなか思うようになりません。

いつも来るたび、むし歯の第一原因、歯の汚れである歯垢（しこう）をたっぷり着けての登場です。再三、歯磨き指導、食事指導を行いましたが効果がありません。むし歯を治療して詰めていた歯も数カ月後には、その詰め物の周りから、むし歯が再び発症してしまうのです。このように治療したむし歯の再発を二次カリエスと呼んでいます。

むし歯も子供の頃は親の責任、それ以降は本人の問題でしょう。むし歯は食・生活習慣病と思います。要するに個人個人が食生活を見直し自覚すれば防げるはずです。でもやる気のない人をやる気にさせるのは大変難しいことです。

はたまた歯科医師は専門家である以上、すべての人をお口の病気から救う義務もあります。いろいろと日夜、歯を守る方法を考えています。う蝕や歯周病を科学的に研究し、いかにしたら効果的に発症を防げるか世界的に研究されています。

欧米先進工業国は近年、むし歯が急激に減少し、スイスにおいては生徒の半数以上がむし歯ゼロで小学校を卒業するそうです。日本も減少傾向にありますが、う蝕罹患率は先進国中、最低グループです。

最近のテレビ、コマーシャルで「予防歯科やってますか」みたいなのがあります。これも欧米からの流れです。

予防歯科とは定期健診、定期掃除の他に、むし歯のなりやすさ（リスクテスト）を調べ原因を追求し、抗菌剤で除菌したり、歯質を強くするフッ化物を塗ったりもします。また酸を作らないキシリトール（代用糖）を勧めてみたりもします。そして我々歯科医師はできるだけ歯を削らないように努力し、半永久的な長期の経過観察を行うのです。

欧米諸国の成功は、こういうことを家庭、学校、行政などで系統的に行ったからです。

歯科は治療から予防へと進化してきています。予防こそ最大の治療だったのです。予防に勝る治療はありません。

そろそろ彼女がやって来るかな。今度こそ治療が終わったら一、二年後じゃなくて、一、二カ月後にメンテナンスに来てくれたらな…

（つづく）

診療日のお知らせ

○は休診日・□は矯正の日・△は午後休診

4

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

5

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				

6

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		