

歯とふるたいむ

2014年5月発行



発行先：城北やの歯科クリニック
住所：松山市山越1-3-9

季節のご挨拶

こんにちは！新緑の眩しい季節がやってきました。草木がどんどん成長するように、私たちもイキイキ活動できそうな5月。そんなステキな季節を目一杯楽しみましょう♪

さて、今月は1本のむし歯から総入れ歯になる「その場しのぎのむし歯治療の危険！」や、エナメル質などの歯の構造を紹介する「歯の構造ってどうなってるの？」、そして、シャキとした歯ごたえでよく噛める「豚バラ肉のアスパラ巻き」をご紹介します。ぜひ、皆様の健康にお役立てください♪

今月のコラム一覧

- 院長室から
- その場しのぎのむし歯治療の危険！
- 歯の構造ってどうなってるの？
- 歯ごたえ抜群！「豚バラ肉のアスパラ巻き」
- 間違いさがし
- 海に浮かぶ神域『巖島神社』
- 本『心と体の不調は「歯」が原因だった!』
- 編集後記
- 院内掲示板

こんにちは。院長の矢野です。麦の穂が実り収穫期を迎えた初夏の頃を「麦秋」と言いますが、今の季節がちょうどその麦秋。私が育った場所は田んぼや畑が多かったので、5月は黄色色の麦畑が青空の下でサワサワ波打っていたのを憶えています。

街中に住んでいると、そんな季節の移ろいはなかなか感じにくいものですが、意外な来客が季節の訪れを感じさせる場面に遭遇しました。それは、ある事務所に伺った時のことです。足の動くモノにびっくりしてよく見ると・・・なんとカニ！五百円玉より少し大きいサイズのカニが事務所の床を歩いているのです。聞くところ、事務所がある場所は海から近いので、この季節になると屋内に入ってきてしまうのだとか。カニの訪問で「また、この季節がやってきたな」と、毎年思うのだそうです。

街中にも季節を感じる意外な出来事があるものですね。



患者さんが知らない 歯の怖い話 vol. 24

その場しのぎのむし歯治療の危険！



むし歯になると、悪い部分を削って型をとり、詰め物や被せ物をして治療します。皆さんも経験されたことがありますよね。この一般的なむし歯治療ですが、ここでシッカリと治療を完了させないと、歯の寿命を縮めることにもなりかねません。1本のむし歯から、最悪の場合は総入れ歯になることも考えられます。そんな最悪のシナリオをみてみましょう。

1本のむし歯から総入れ歯に？！

第1段階／はじめてむし歯になってしまいました。むし歯になった部分を削り、型をとって詰め物をします。このとき、途中で治療を中断してしまったり、詰め物の精度が低くかったりすると、歯と詰め物の隙間からむし歯菌が侵入し、再びむし歯になってしまいます。

第2段階／さらに深いところまでむし歯菌に侵されてしまったために、再び歯を削りかぶせ物をするに。その後のメンテナンスが悪かったために、むし歯菌がさらに内部にまで侵入してしまいました。

第3段階／歯の根までむし歯菌に侵され、やむなく抜歯になってしまいました。ブリッジの土台にするために両隣の歯を削り、連結した人工歯を被せました。

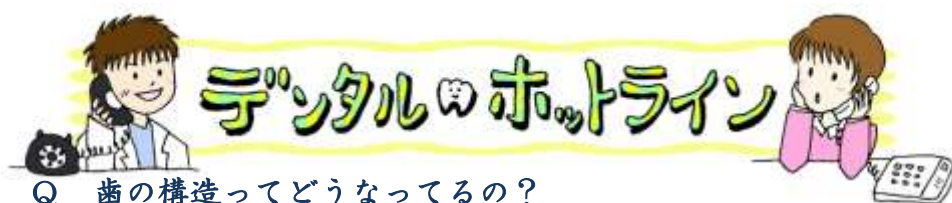


第4段階／土台にしていた歯に負担がかかり、その歯も失ってしまいました。部分入れ歯を装着することに。

第5段階／部分入れ歯のバネを引っかけていた歯に負担がかかったり、お手入れを怠ったりしているうちに口内の環境が悪化。最終的には全ての歯を失い、総入れ歯になってしまいました。

最初はたった1本のむし歯だったかもしれませんが、自身のメンテナンスや治療の精度によっては総入れ歯になってしまう可能性も十分にあります。信頼できる歯科医選び、そして治療とその後のメンテナンスをシッカリすることが大切です。

さて、今回は『骨粗しょう症の治療薬で顎骨壊死！』です。お楽しみに♪



Q 歯の構造ってどうなってるの？

意外と知らない歯の構造。実は歯はこんな組織できているんです。

- ◇**エナメル質**／体の中で最も硬い組織。水晶と同じくらいの硬さがあります。
- ◇**象牙質**／エナメル質に比べると軟らかい組織なのでむし歯の進行が早いです。
- ◇**セメント質**／歯根部の表面を被う組織。歯肉が下がるとセメント質が露出し知覚過敏になることが。
- ◇**歯髄**／痛みを感じる神経や、歯に栄養供給する血管のこと。いわゆる“神経”と言われる部分です。
- ◇**歯根膜**／歯と骨の間であって、歯に加わる力を和らげるクッションのような働きをします。
- ◇**歯槽骨**／歯を支えるあごの骨。歯周病が悪化すると歯槽骨が溶けて歯がグラグラに。





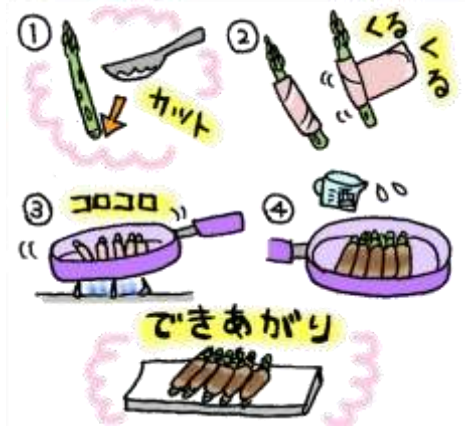
シャキッとした歯ごたえで、よく噛める！

アスパラガスの美味しい季節です。今回はシャキッとした歯ごたえを楽しめるアスパラガスを使ったレシピをお届けします。歯ごたえがあるから咀嚼回数も増えて、お口の健康にも◎！アスパラガスは下ゆで処理なしで大丈夫。とっても簡単にできますよ。おつまみやお弁当のおかずにも！

「豚バラ肉のアスパラ巻き」

【材料】豚バラ肉、アスパラガス、塩、コショウ、酒、オリーブオイル

- ①アスパラガスの下の方の固い部分は切っておく。
- ②アスパラガスに豚バラ肉をクルクルと巻き付けて、塩コショウ。
- ③フライパンにオイルをひき、②をコロコロ転がしながら焼く。
- ④肉に焼き色がついたら、酒少々を振りかけ蒸し焼きに。
- ⑤アスパラガスに火が通れば完成！



豚バラ肉はカリカリに焼くとより歯ごたえがでて◎！豚バラ肉がなければベーコンに代えても美味しいですよ。塩味に飽きてきたら、醤油&みりんで照り焼きにしてもGOODです♪

歯 まちがいさがし

下にある2枚の絵から間違いを5コ探し出そう！
答えは来月号にて発表！

簡単な間違いなのでご家族やご友人の方と一緒に挑戦してみてくださいね★

先月のお答えを
発表します！



一度は行きたい日本の秘鏡

海に浮かぶ神域『厳島神社』
 世界文化遺産に登録されている広島県の厳島神社は、遠浅の浜に木造建物が建ち並ぶ日本屈指の名社。潮が満ちると社殿や廻廊はあたかも海に浮かんでいるかのように見え、その厳かで幻想的な美しさは必見です。造営当時の佇まいを忠実に伝える社殿、約275mもある廻廊などを巡ると、平安時代にタイムスリップしてしまいそう。海を敷地とする斬新な建築美、日本人なら一度は体感したい景色です♪



人生を楽しく過ごすヒントがいっぱい!

『心と体の不調は「歯」が原因だった!』

内科や外科に通ってもよくならなかった、うつ病や不定愁訴、アレルギー、腰痛などの症状が、咬み合わせの治療で改善されることを、歯科医である著者が紹介する本。噛み合わせの微妙なズレが万病のもとになっている?! 健康



を保つには食生活や日頃の運動なども、もちろん大切ですが、不調の原因が噛み合わせに潜んでいることもあるようです。

今月のオススメ本



日本の職人が生み出した

『MISOKA』

ナノテク歯ブラシ

ブラシの毛先一本一本にミネラルコーティングを施したナノテク歯ブラシ。水で磨くだけで汚れや茶シブ、ヤニがしっかり落ちて、歯の表面がツルツル! 身体にも自然環境にも害の無いミネラルのパワーでお口サッパリ! 職人の『秘技』とブラシへの『こだわり』が凝縮された画期的な歯ブラシ。ぜひお試しあれ♪



編集後記

最近カフェ巡りにハマっている私。休日には一人ゆ〜っくりと本を片手にカフェに向かいます。学生の頃は自分の時間が余るほどあったのに、社会人になると忙しくてなかなか気ままな時間が持ちにくいものです。でも、週末はチェックしていたカフェに向かい、自分だけの時間を満喫しています♪カフェの窓から見る風景も初夏らしくなってきました♪

5月休診日のお知らせです。

- ★ 8日(木)・15日(木)・22日(木)・29日(木)は、午後休診。
- ★ 10日(土)・24日(土)は、研修会のため15:30までの診療となります。
- ★ 28日(水)は、河原医療大学校で学生講義のため、午前休診となります。
「予約お願いします」と、お気軽にお電話下さい。 電話 089-917-7878



院内掲示板

