

ヴィータ歯科通信

2013年
6月号

院長ご挨拶

〜むし歯予防デー〜

こんにちは。院長の河添です。

6月4日は『むし歯予防デー』ですね！この時期、むし歯について関心が高まる方も多いことでしょう。

6月（む）4日（し）という語呂にちなんで作られた記念日ですが、私が生まれるよりもずっと前から存在しています。

むし歯は『初期段階では自覚症状がほとんどない』病気です。だからといって放っておくと重症化して、『激しい痛み』に襲われることもあります。

これはむし歯に限らず、『歯周病』についても同じことが言えます。

近年の傾向として、むし歯が減少し、歯周病が増加してきています。特に、若年層での歯周病が増え、学校歯科検診でも歯ぐきの状態を確認する項目があります。

むし歯にしろ、歯周病にしろ、歯とお口の健康を守り続けていくためには『予防』が大切です！

「毎日の歯みがき」と「歯科医院での定期的なクリーニング」で、歯とお口の健康を守り続けましょう！



院長
河添克明

歯とお口の健康のお話 第15回

〜歯をみがこう！セルフケアのポイントとは？〜

むし歯も歯周病も予防の基本は『毎日の歯みがき』でブラークコントロールすることです。歯みがきについてよくある疑問・質問にお答えしましょう！

Q. 歯ブラシの正しい持ち方？

歯をみがくとき、歯ブラシはどのように持ちますか？

歯ブラシのハンドルはペンと同じように握ります。



これは力（ちから）の入りすぎを防ぎ、細かい動きをコントロールするために有効な持ち方です。

「汚れをきちんと落とすためにしっかり握って」という考え方だとしたら、それは大きな誤解です。くれぐれもわしづかみは避けてください。

力が入りすぎると歯ぐきを痛めるリスクが高まるだけでなく、小刻みに動かすことができずにかえって汚れが落ちないケースも多々あります。

歯ブラシの毛先が1ヶ月も経たずに開いてしまっているようなら力が入りすぎなので、注意してください。

歯とお口の健康のために大切なことは…

- ① 毎日の正しいブラッシング
- ② 歯科医院での定期的なクリーニング

発行者：ヴィータ歯科

名古屋市北区黒川本通4丁目38 2階

ご予約は：052・508・7879

知っておきたい歯の基礎知識 32

〜歯と全身疾患の関係⑤〜

『歯の病気と全身の病気の関係』、今回は『歯周病と肺炎』についてお話してみたいと思います。

「歯周病菌が肺炎の原因になる」と聞くと驚く人も多いかもしれませんが。

肺炎は日本人の死因別死亡率の第4位を占める病気で、最近の研究で高齢者の肺炎に、歯周病菌が大きく関わる事がわかってきました。

肺炎の死者のうち92%が65歳以上の高齢者で、さらに肺炎の年齢別死亡率は、70歳を超えると急激に増加することが報告されています。

特に、飲み込んだ菌が肺に入って起こす病気である『誤嚥性肺炎』（ごえんせいはいえん）によって亡くなる高齢者の方が非常に多いのが現状です。

その誤嚥性肺炎の原因となる菌の居場所が、お口の中です。私達はこうした細菌を知らず知らずのうちに飲み込んでいます。

今回は、誤嚥性肺炎と歯周病の関係について、より詳しくお話します。



3周年アンケート

この3月に『開院3周年アンケート』を実施しました。

多くの患者さんにご返信いただき、私たちにとって大きな励みになっております。ご協力いただきました皆さま、本当にありがとうございます。

現在医院新聞を通じて、匿名での公開をご許可いただいたご回答の一部をご紹介します。私たちのことをより知っていただく機会になれば嬉しく思います。

アンケート結果は、今後も医院新聞を通じて少しずつご紹介して参りたいと思っています。

また、院内の閲覧ファイル、当院のホームページでもご覧になれますので、ご覧になってみてください。

ウィータ歯科 開院3周年アンケート

Q1. 当院の歯科医師・スタッフの対応について

Q2. 当院の歯科医師・歯科衛生士の治療内容や症状の説明について

- ・ 「良かった」「気持ち良い」と感じたところはありませんか？
- ・ 逆に、「ちょっと直して欲しい」「改善したほうが良い」と思う点はありませんか？

Q1. 当院の歯科医師・スタッフの対応について

「良かった」「気持ち良い」と感じたところ

『受付の方も親切に対応して頂いています』
『スタッフの方も明るく、非常に安心感を持ち、治療も信頼して臨めます』
『先生（衛生士さんも含め）も、現在の状況とその治療方法を細かく、気を配った説明をして頂き、患者さんの立場に立った治療をして頂いています。』

・ 「良かった」「気持ち良い」と感じたところはありませんか？

・ 受付の方も親切に対応して頂いています。
・ スタッフの方も明るく、非常に安心感を持ち、治療も信頼して臨めます。
・ 先生も、現在の状況とその治療方法を細かく、気を配った説明をして頂き、患者さんの立場に立った治療をして頂いています。
・ 逆に、「ちょっと直して欲しい」「改善したほうが良い」と思う点はありませんか？

「ちょっと直してほしい」「改善したほうが良い」と思う点

『隣席の患者さんへの説明、会話の声が比較적으로聞こえました。壁の上部が開いているため仕方がないと思いますが、プライバシー保護の面で配慮されてはどうかと思いました』

・ 逆に、「ちょっと直して欲しい」「改善したほうが良い」と思う点はありませんか？

隣席の患者さんへの説明、会話の声が比較的によく聞こえました。
壁の上部が開いているため仕方がないと思いますが、
プライバシー保護の面で配慮されてはどうかと思いました。

<クリニックより>

貴重なご意見、ありがとうございます。

ご指摘の件、確かに私たちが気をつけないといけないことです。声のトーンや大きさなど、十分に気をつけて対応したいと思います。

Q2. 歯科医師・歯科衛生士の治療内容や症状の説明について

コメント

「良かった」「気持ち良い」と感じたところ

『先生の対応は分かりやすく、丁寧な説明で良かったと感じました。』
『衛生士の方は、治療時に気配りを忘れずに、感心致しました。』

・ 「良かった」「気持ち良い」と感じたところはありませんか？

・ 先生の対応は分かりやすく丁寧な説明で良かったと感じました。
・ 衛生士の方は治療時に気配りを忘れずに感心致しました。

「ちょっと直してほしい」「改善したほうが良い」と思う点

『クリーニング後、衛生士さんからもちょっとしたアドバイス等、コミュニケーションがあると良いかも…？』

・ 逆に、「ちょっと直して欲しい」「改善したほうが良い」と思う点はありませんか？

クリーニング後 衛生士さんからも
ちょっとしたアドバイス等
コミュニケーションがあると良いかも…？

<クリニックより>

貴重なご意見、ありがとうございます。

歯とお口の健康を守り続けていくために、私たちから提供できるアドバイス等、積極的にコミュニケーションをとることができるように心がけていきたいと思っています。