

ヴィータ歯科通信

2014年
6月号

院長ご挨拶

〜4年に1度の楽しみで〜

こんにちは。院長の河添です。

今月13日(金)から、サッカーFIFAワールドカップが始まります！

ご存知の方もいらっしゃるかも知れませんが、私は大のサッカー好き。今から待ち遠しくて(笑)

ここで、私なりの今大会の優勝予想を！

今大会の大本命は、開催国『ブラジル』でしょう。サッカーは圧倒的にホーム(開催国)有利のスポーツです。ブラジルには負けられない大会でしょう。

ブラジルのライバルとなるのは、アルゼンチンとスペインあたりでしょうか。もちろん、日本代表選手にも頑張ってもらいたいですね！

日本の裏側の国で開催される今大会、睡眠不足に気を付けて観戦したいと思います！

また、今月は『**歯と口の健康週間**』や『**むし歯予防デー**』と、歯とお口の健康を考える日が制定されています。

歯とお口の健康を考える機会になさってください！



院長
河添克明

歯とお口の健康のお話 第24回

〜歯をみがこう！セルフケアのポイントとは？〜

今回は『歯と口の健康週間』にちなんで、『**歯のみがき方**』の重要ポイントを再確認しましょう！

① 歯ブラシの持ち方

歯ブラシ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有効な持ち方です。くれぐれもわじわじわみは避けてください。

② 歯ブラシの当り方

歯ブラシを歯の表側は90度、裏側は少し傾けながら歯の表面に毛先を当ててください。このように当てることで、**歯と歯ぐきの間を重点的にみがきます。**

歯ブラシは、**小刻みに動かす**ようにしてください。動かす幅は歯ブラシのヘッドの半分ぐらいが理想的です。

一箇所終わったら、ヘッドの長さ分ぐらい移動して、次の場所をみがくようにしましょう。



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 43

〜歯周病って？①〜

歯周病は、**歯を支えている骨(歯槽骨)**が溶けてしまう病気です。

以前は「**歯槽膿漏**」と呼ばれることが多かったのですが、今では「**歯周病**」という呼び方が一般的になりました。

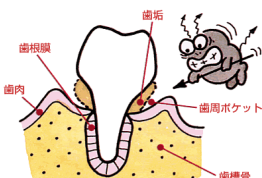
歯周病の進行度合いに応じて、「**歯肉炎**」「**歯周炎**」「**歯槽膿漏**」という言葉も使われています。

日本人は世界的に見ても歯周病患者は非常に多く、日本は「**歯周病大国**」と呼ばれており、**35歳以上の約8割が歯周病**だと言われています。

初期の頃には痛みなどの自覚症状がほとんどなく、気が付いた時には相当進行していることが多いのが、歯周病の恐ろしいところです。

『**歯周病**』は、『**むし歯**』と並んで**歯を失ってしまう**主な原因のひとつです。特に40歳を過ぎてから歯を失ってしまう方の最大の原因は、『**歯周病**』です。

歯の病気と言うと『**むし歯**』というイメージが強いかもしれませんが、『**歯周病**』も決して**あなどる**ことのできない**病気**なのです。



ヴィータ歯科のブログ

～ 更新しています!～

私たちのブログをスタートしました!

院内の出来事やスタッフのつぶやきなどをときどき更新しています。

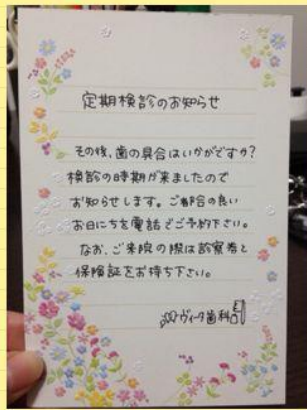
ぜひ、ご覧になってみてください♪

ヴィータ歯科からのお知らせ

定期検診のお知らせ

皆様こんばんは!(*o*)
休日はいかがお過ごしでしたか?
私は部屋の掃除をしました。笑

今は、歯医者でご希望の方に送っている、定期検診のお知らせをするハガキを書いております。



眠たくなってきたので字が下手くそですが、、、あ、いつもだったー!(*o*)あちゃー
『じゃあ、今は3ヶ月くらいで定期的に歯のお掃除にきて下さい』と言われたりしますよね。
3ヶ月後かー、まだ予定わかんないから予約できないー、でも3ヶ月後なんて忘れちゃうわー(泣)
、、、そのあたりに笑
受付に言ってお知らせは3ヶ月後に、このお知らせのハガキを送りますよ!(*o*)

ブログの見方

☆ 当院のホームページから

検索サイトで「ヴィータ歯科」と検索し、
当院のホームページよりご覧ください。



☆ 専用QRコードを使う

右のブログサイト用
QRコードより
アクセスしてください。



ブログQRコード

6月・7月の診療予定



6月の診療予定



日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
休診				休診		
8	9	10	11	12	13	14
休診				休診		
15	16	17	18	19	20	21
休診				休診		
22	23	24	25	26	27	28
休診				休診		
29	30	1	2	3	4	5
休診				休診		

ヴィータ歯科



7月の診療予定



日	月	火	水	木	金	土
29	30	1	2	3	4	5
休診				休診		
6	7	8	9	10	11	12
休診				休診		
13	14	15	16	17	18	19
休診				休診		
20	21	22	23	24	25	26
休診	休診			午後休診		
27	28	29	30	31	1	2
休診				休診		

ヴィータ歯科