

ヴィータ歯科通信

2015年
3月号

院長ご挨拶

〜ひなあられは食べましたか？〜

こんにちは。院長の河添です。

3月3日は『桃の節句』『ひなまつり』ですね。

我が家にも娘がおりますが、女の子がいるご家庭では雛人形を飾ったり、ちょっとした節句のお祝いをしたりと、楽しい年中行事のひとつですよ。

雛人形にお供えるものと言えば『ひなあられ』ですが、これには地域色があるそうですよ。

名古屋では円柱形と丸形のひなあられが一般的ですが、全国的にはひなあられと言えば丸いものなのか。



名古屋のひなあられ 全国で一般的

ひなあられは、もち米の乾飯や豆を炒ったものに甘味をつけたものですから、それなりに固さのある食べ物ですが、問題なく食べることはできましたか？

固いものを食べることは、ご自身の歯を保っていただいてももちろん、**仮に歯を失ってしまったとしてもきちんと治療しておけば**、問題なく食べることができます。

何でも食べられるように、歯を大事にしましょう！



院長
河添克明

歯とお口の健康のお話 第33回

〜ブラークコントロールって？〜 (3)

ブラークコントロールの基本は『**毎日の歯みがき**』ですが、『**ブラークコントロール**＝**歯みがき**』という考え方は**不十分**です。

自分でするケア（歯みがき）だけでなく、**歯科医院で受ける処置**にもブラークコントロールという観点から大切なことが含まれています。

◆ 定期的なプロのケア（お掃除）

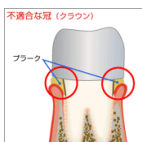
自分でする歯みがきだけでなく、歯科医院で受けるプロのケア（歯とお口の状態をチェックし、**歯みがきで落としきれないブラークを除去する**）も大切です。

定期的に歯科医院でケアを受けましょう！



◆ むし歯の治療、詰め物・被せ物の適正化

むし歯があるとその部分が段差となり、**ブラークが付きやすくなります**。また、**詰め物や被せ物がきちんとあっていない場合**にも歯の表面に段差ができてしまいます。



きちんと最後まで治療することも大切なブラークコントロールです。

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 52

〜歯周病って？〜 (1)

歯周病の症状は、ごく軽い症状の歯肉炎から徐々に進行していきますが、今回は中等度まで進行した状態のお話をします。

そもそも**歯周病の原因となるのは、細菌の塊『歯垢』（プラーク）で、歯と歯ぐきの間の溝に溜まること**で、さまざまな症状を引き起こします。

この歯と歯ぐきの間の溝を『**歯周ポケット**』と言い、その深さで歯周病の進行度を判断しますが、**歯垢をためてしまうほど歯周ポケットは深くなっていきます**。

中等度歯周病まで症状が進行すると、**歯槽骨という骨の部分にまで影響が認められるようになります**。



この段階では、**歯をみがいたときの出血や膿が出るという症状が顕著**になってきて、**歯が長くなったように感じる方**、口臭が現れる方もいます。

ここまでの段階で留めておかないと、**本当に歯が抜け**てしまうことになりかねません。

きちんと治療と予防をしていきましょう！

ヴィータ歯科のブログ

～ 更新しています！～

私たちのブログを更新しています！

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

2015年01月15日

8020運動

みなさん、ご存知ですか？
80歳で20本以上の歯を残そう!!という運動で、対象の方は歯医者さんからの表彰、ちょっとした記念品などをご用意しています！

先日も、おめでとう！めでたく8020の表彰をさせていただきました🎉すばらしい!!



歯がたくさんあると笑顔も素敵ですね🌟
また、歯が1本でも多い方が長生きできるという研究結果もあるようです。
好きなものをおいしく食べるためにもご自分の歯を1本でも多く残していきましょう！

みなさんの歯のお手入れのお手伝いを喜んでさせていただきます🎁

お電話でのご予約お待ちしております!!📞

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

3月・4月の診療予定



3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		休診
22	23	24	25	26	27	28
休診				休診		
29	30	31	1	2	3	4
休診				休診		

📞 ヴィータ歯科



4月の診療予定



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

📞 ヴィータ歯科