

医院からの お知らせ

コロナ対策を取りつつ、平常診療実施中

夢デンタルクリニックは、コロナ対策を取りつつ、ほぼ平常診療の体制に戻っております。

コロナ対策として患者様の人数を限定していた関係で、非常に予約が取りにくくなり、患者様には大変ご不便をおかけし申し訳ありませんでした。今後はコロナ対策と、皆様の円滑な治療をバランスよく両立してまいります。



定期健診の患者様

ご予約通りご安心して来院ください。

院内における3密を避け、なるべく他の患者様と接することなく診療ができるように配慮しております。

今後は次の非常事態宣言などが発令されるまでは、ご予約の通りに定期健診を実施いたします。

ご予約の日時をご確認の上ご来院ください。

※現在も極力外出したく無いと言う方は、遠慮なくお電話にてご連絡ください。日時の調整を行います。

※こんな時だからこそ歯の健康が大切です。

お口の中の衛生状態が良い人は、コロナによる肺炎の悪化が少ないとの報告があります。

歯科検診、歯のクリーニングを受けてコロナに勝ちましょう！

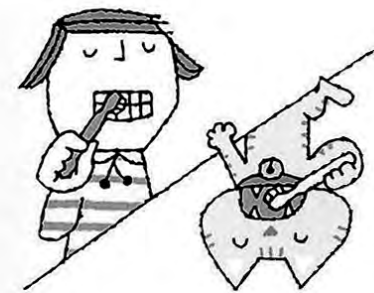
治療の患者様

夢デンタルクリニックは、感染対策を万全に整えた上で診療を行っております。

医院内での3密を避けるために、患者様の人数を限定し、お時間を調整させていただいております。

夢デンタルクリニックは コロナの時期だからこそ「ほぼ貸し切り診療」にて患者様に対応いたします。

貴方だけのために歯科医師を独占できる貸し切り診療の贅沢をご堪能下さい。



予防の常識・非常識

むし歯や歯周病の予防について、ありがちな誤解をまとめました。
お口の健康管理にお役立てください。

常識
1

✕ 歯周病は
歯を失う怖い病気。

➡ ○ セルフケアと歯科の
サポートで歯は残せます。

初診の患者さんの歯周病の進行度



「歯を失う怖い病気」というイメージが強い歯周病。ですが、テレビのCMなどで見られるように、短期間で歯がグラグラになって抜け落ちてしまうことはふつうはありません。統計的には、歯周病になりにくい人が1割、進行しやすい人が1割で、残りの8割の人はゆっくり進行していきます。

歯周病を予防するには、セルフケアだけでなく、歯周病の早期発見が重要です。早く異常がわかれば、その分早く手が打てます。そのためには、定期的に歯科医院で健診を受けることが大切。もし歯周病になっていて治療を受けたのなら、治療が終わったときに歯を守る新たなスタート地点です。再発を予防するために健診に通いましょう！

C H E C K

タバコで歯周病が 10年速く進行する！

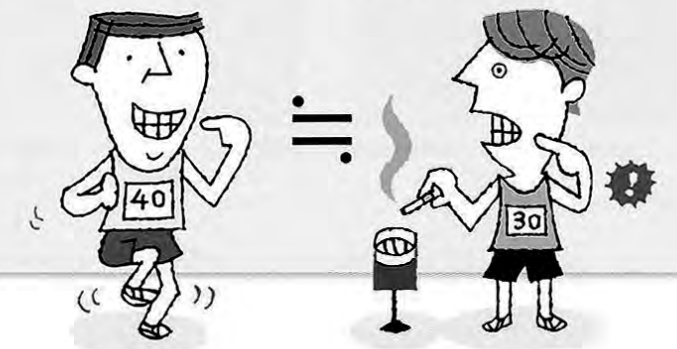
タバコは歯周病の進行を速めます。約4,800人の初診患者さんの喫煙状況と歯周病の進行度を比較したところ、中等度・重度歯周病のかたの割合が、30代の喫煙患者さんと、40代の非喫煙患者さんでは同じくらいとなりました。40代の喫煙患者さんと50代の非喫煙患者さん、50代の喫煙患者さんと60代の非喫煙患者さんも同じような割合でした。

つまり、「タバコを吸っている人は、吸わない人より10年歯周病の進行が速くなる」と言えます。歯周病を予防するために、タバコはきっぱりやめましょう（加熱式タバコも同じです）。

喫煙の有無による 中等度・重度歯周病患者さんの割合 (4,783人中)



出典：日本ヘルスケア歯科学会
実態調査1（2014年初診患者）



常識

2



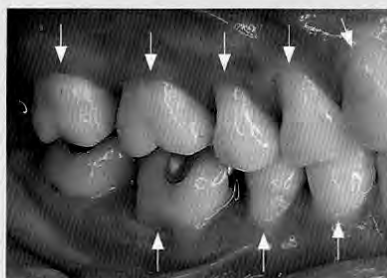
歯周ポケットは、
歯ブラシできれいにみがける。



歯ブラシだけでは落とし
切れない汚れがあります。



力任せに無理に歯ぐきの溝のなかに
ブラシの毛先を入れようとすると、
歯ぐきを傷つけてしまいます。



62歳の女性。歯はピカピカですが、
無理に溝のなかにブラシを入れる
歯みがきが続いていたため、歯ぐ
きが下がり根面が露出しています。

歯ぐきの溝のなかにはプラーク（細菌のかたまり）がたまりやすい場所で、たまったプラークは歯周病の原因になります。そのため、この部分を歯ブラシで注意してみがいているかたも多いことでしょう。

ですが、歯ブラシでは溝のなかのプラークは完全には取り切れません。しかも、無理に溝のなかにブラシの毛先を入れてみがくことを続けると、歯ぐきが傷つきやせ、むし歯になりやすい歯の根面が露出してしまいます。

歯ぐきを傷つけずにきれいにプラークを取り除くみがきかたを、歯科医院で教えてもらいましょう。歯ぐきの深い溝や歯周ポケットのなかの掃除も歯科医院にお任せください。

歯と歯のあいだをデンタルフロスや歯間ブラシでみがくことと、むし歯予防のためにフッ素入り歯みがき剤を使うこともお忘れなく。

常識

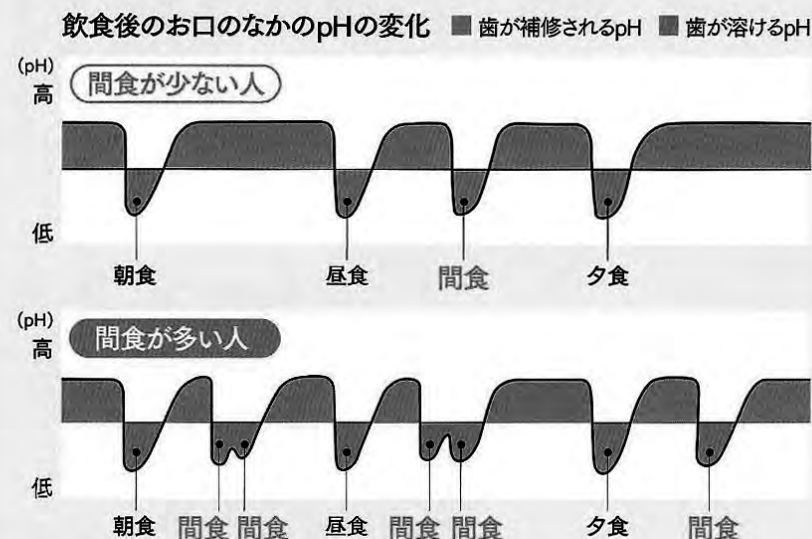
3



むし歯になるのは
甘いものをたくさん
食べているから。



「量」より「食べかた」
が問題です。



飲食のたびにお口のなかのpH*は変化します。
一定のpHより低くなると、歯の成分が溶け出します。
砂糖を含む飲食物の摂取回数が増えるほど、
それだけ歯が溶ける時間が増えるのです。
*正確にはお口のなかのプラークのpH。



歯科医院では、皆さんのお口の状態や
生活習慣にあった予防の方法をご提案しています。
毎日のセルフケアにお役立てください。

甘いものを控えているはずなのに、むし歯になってしまう。それは甘いものの「食べかた」に問題があるのかもしれません。

飲食後、お口のなかでは、細菌の生み出す酸や飲食物の酸により歯の成分が溶け出し（脱灰）、その後、時間をかけて唾液が成分を歯に戻していきます（再石灰化）。溶かす力が戻す力を上回る状態が長期間続くと、むし歯になります。

このとき、甘いものの「量」以上に、食べる「頻度や時間」が問題となります。ひっきりなしに甘いものがお口のなかにあると、唾液が歯を修復する時間が取れません。ですから、のどあめを絶えず舐めていたり、ドリンクをチビチビ飲んでいたりすると、むし歯になりやすいのです。野菜ジュースやスポーツドリンクなど、ヘルシーなイメージのものにも意外に砂糖は入っていますのでご注意ください。



夢デンタルチャンネル

歯の悩みスッキリ解決
YouTube 毎週金配信



「夢デンタルチャンネル」
で検索、または↑のQR
コードからご覧ください。

目指せ！チャンネル登録者1000人！

現在チャンネル登録者が300人を超えました。
登録者が1000人を超えると一人前のユーチューバーと言われるようになります。
大久保も人気歯科医師ユーチューバーになりたい！
皆さん是非チャンネル登録して大久保を応援してください！

歯を大切にするための豆知識をYouTubeで公開しております。

院長 大久保がふだん診療室の中で皆様に語りかけている大切なお話・ぜひ皆様に知っておいていただきたい知識をお伝えしています。

診療室では皆様にゆっくり時間をかけてご説明しきれないことも詳しく解説しています。是非ご覧になってください。

◆ 神経を抜いた歯、なぜ痛い!? 歯科医が徹底解説!!
【解決策は続編で】

◆ 【歯科医が教える】赤ちゃんとおしゃべり、
キスしていいの? 【パパも必見!!】

◆ 大久保、とっちゃった!!
虫歯治療、全て見せます!!



休診日のお知らせ 9月18日（金）午前診療 午後休診

発行元 夢デンタルクリニック

札幌市西区西野3条7丁目5-15 ☎ 011-667-4618

〈受付時間〉月・火・木 9:30-18:30 水・金 9:30-17:00（土日祝休診）