

# すみれ 通信



明けましておめでとうございます。今年もよろしくお願ひいたします。

2013年がスタートしました！今年巳年。これからもヘビのように末なが~~~~~くお付き合いますようお願いいたします。

さて、みなさんはお正月にはおせち料理を召し上がりましたか？きれいに料理が並べられたお重はとても美しく、見ているだけでもワクワクしてきます。海や山の幸がたくさん詰まったおせち料理ですが、その食材のひとつひとつにおめでたい意味やいわれがあります。たとえば「数の子」はニシンが子供を沢山生むことから、子宝と子孫繁栄。「えび」は長いひげをはやし、腰が曲がるまで元気に生きられるよう長寿の象徴として。「ごぼう」は細く長く土の中に生えることから細く長く幸せに。「くわい」は丸いところからひょんと芽が出ていることから、芽が出ますようにという願ひなど。日本の伝統的な料理は歯ごたえのあるものが多いので、歯にとっても良いです。いつまでも自分の歯で美味しくおせち料理が食べられるように、今年一年も健康な歯で過ごしましょう。

すみれ歯科クリニックからのお知らせ



新宿：1/5より

築地：1/4より

小岩：1/5より診療いたします。



◎すみれ歯科築地新富町駅前クリニック

診療日：月～土

水曜日は自費診療・特別処置診療日

住所 中央区築地2-4-10 SAテンハウス3F

電話 03-3248-4618

交通手段 日比谷線 築地駅 徒歩3分 有楽町線 新富町駅 徒歩2分

◎すみれ歯科新宿御苑前クリニック

診療日：月～木、土日、祝日

住所 新宿区新宿1-29-2

電話 03-3351-1686

交通手段 丸ノ内線 新宿御苑駅 徒歩5分

◎すみれ歯科小岩メディカルセンタークリニック

診療日：月～水、金、土

住所 江戸川区北小岩6-15-5 小岩メディカルセンター5F

電話 03-5622-7686

\*診療日についてはお問い合わせください

交通手段 京成本線 京成小岩駅 徒歩1分

## 予防歯科が全身を救う！？

### ★本当に恐ろしい虫歯や歯周病

虫歯の原因となる「ミュータンス菌」の一種に感染すると、腹痛や腸内出血などを繰り返す難病の潰瘍性大腸炎となるリスクが4倍以上になることを、大阪大や横浜市立大、浜松医科大などの研究チームが突き止めました。また、歯周病菌は糖尿病などの恐ろしい成人病の原因因子になっていることも明らかになってきました。ほかにも歯周病は、心筋梗塞、骨粗しょう症、メタボリックシンドローム、肺炎、ガン、動脈硬化、認知症など、様々な全身の病気と深くかかわっているのです。

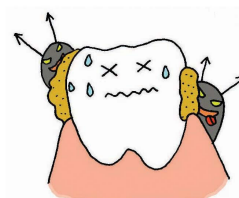
### ★その汚れ、落ちていません！



お口の汚れにはプラーク（歯垢）とバイオフィーム、そして歯石があります。バイオフィームとは、ミュータンス菌をはじめとする多くの細菌が集まって作られる膜状の塊の事で、例えば台所やお風呂の流しの排水溝にたまる「ヌルヌル汚れ」などもバイオフィームです。歯磨きでは、歯垢は落とせてもバイオフィームまでは完全には落とせません。洗口剤でも死滅させることはできません。しかし、定期的に落とさなければ、やがて歯石になり、歯を溶かし虫歯や歯周病の原因になるのです。そこで必要なのが予防歯科です。

### ★予防歯科（PMT C）とは？

当院では、保険の定期検診のほかに自費での予防歯科もお選びいただけます。予防歯科の主な内容はPMT C。これは**プロフェッショナル・メカニカル・トゥース・クリーニング**の頭文字をとったもので、専門家による歯面清掃のことです。特別な機械を使って歯を一本一本丁寧に磨きあげ、バイオフィームなどの汚れを徹底的に除去し、保険適用外のハイドロキシアパタイト



（HA）入りの超微粒子歯磨きを特殊な器具で歯面に練りこみます。こうするとHAが歯面のミクロン単位の小さな穴に入り込み、細かなデコボコが埋められて表面がつるつるピカピカになるのです。また、HAは歯を再石灰化する働きがあり、3か月くらいで歯の表面の削れたところやデコボコになったところを修復してくれるのです。プラークやステイン（色）、タバコのヤニまでつきにくくなり、むし歯や歯周病に対する高い予防効果が維持できるのです。

### ★体の健康のためにもPMT Cを受けよう

病気にならないためには予防が大切です。これは歯科の場合も同じ。むし歯や歯周病にならないために、また被せ物や詰め物を長持ちさせるために予防が大切なのです。定期的に歯科医院で予防処置を受けると、虫歯や歯周病だけでなく全身の疾患の予防にもつながります。お口と体の健康を守るために3～4か月に1度は予防歯科を受けてくださいね。

医療法人社団 正路会 すみれ歯科クリニック

