



医療法人 善真会 しまぶくろ歯科医院

ホームページ
は



理事長より

梅雨も明けてさらに暑い夏がやってきました。このふくろう通信もお陰様で今月号から9年目です。100号の発行も見えてきました！今やAIに聞けば何でも教えてくれる時代になりましたが、来院される皆さんの目に留まって、知識や考え方のヒントになればなあと、アナログな「ふくろう通信」を今後も続けたいと考えています。

さて先日、大阪・関西万博の会場を覗いてきました。大阪府歯科医師会が1週間ブースをだしてまして、洗面所の鏡の前で電動歯ブラシを使うだけでその日の体温、血圧、心拍数、血糖値、SpO₂、などなどが、鏡がモニターになっていて映し出されるというシステムのデモンストレーションをしていました。受診の必要があればそこから、病院の予約ができたり、これまでの測定値のデータがグラフ表示されるなどといったこともできるようでした。日々の体調管理は健康維持に欠かせないため、毎日するハミガキで同時にデータがとれるという技術に触れ、いろいろなことができるようになる未来の可能性に期待が持てました。まさにお口の健康から、全身の健康に繋げるツールとなりますね！



『歯を抜いた日に新しい歯が入る!? 即時義歯の魅力と注意点』

歯科医師：岩下 亜紀子

歯を抜いた後すぐに入れ歯を入れる方法として、「即時義歯（そくじぎし）」があります。これは抜歯前に歯の型を取り、あらかじめ作っておいた入れ歯を、抜歯当日に装着する方法です。見た目が気になる前歯の抜歯時などに多く用いられます。

即時義歯の最大のメリットは、歯を抜いたその日から見た目を保てることです。また、噛む・話すといった日常の機能もすぐに補えるため、仕事や生活への支障が少なく済みます。一方で、歯ぐきや骨は抜歯後に徐々にやせて形が変わっていくため、時間がたつと入れ歯が合わなくなるというデメリットがあります。

通常、抜歯後は2～3カ月ほどかけて歯ぐきと骨が落ち着きます。

そのため即時義歯は「一時的な入れ歯」と考え、1～3カ月後に裏打ち（リライニング）や再製作が必要になることが一般的です。

即時義歯を選ぶ際は、「見た目をすぐに回復したい」というニーズと、「後で手直しが必要になる」点を理解したうえで、歯科医師と治療計画をしっかりと立てることが大切です。



『歯を守るために』

歯科医師：池澤 遼一

はじめまして。今年4月から勤務させていただきますことになりました。歯科医師の池澤遼一（いけざわ りょういち）と申します。

大阪歯科大学附属病院歯内治療科で8年勤務しました。歯をなるべく長持ちさせたいと思って治療してきました。

皆さんは、歯を守って健康でいたいと思いませんか？歯を健康な状態で維持する方法は様々あります。患者さんご自身でできるケアや衛生士さんとともに行うメンテナンス、歯科医師とともに行う歯科治療などです。これらすべてに必要な不可欠なことがあります。それは患者さんご自身が健康な歯を維持していきたいという気持ちと、そのために取り組む姿勢です。幸せであるために健康でいたいと思いませんか。ご自身の歯を良い状態で維持することは健康には欠かせないと考えます。

理想になるべく近づけて行くためにできることを皆さんと考えて、取り組んでいきたいです。

歯について不安や疑問はありますか？

歯の不安や疑問がある人は、歯のことを考えているということなので、より良くするための第一段階はクリアできているということです。もし、不安や疑問があれば、お気軽にご相談ください。私たちがひとつずつ丁寧に解消していきます。

健康で幸せであるために、ともに頑張っていきたいと思います。



ねるまえに歯みがき

『健康的な口腔内の特徴』

歯科衛生士：橋埜 藍香

初めまして。4月から勤めさせていただいております、橋埜藍香（はしの あいか）と申します。どうぞよろしくお願いいたします。

さて、お口の中の健康状態は、食事や会話に必要なだけでなく全身の健康にも影響します。皆さんは健康的な口腔内の特徴をきちんと知っていますか？鏡を見ながらチェックしてみましょう。

- ① 歯ぐきの色が淡いピンク色である（歯ぐきが赤く腫れたり茶色くなっているところはありませんか？）
- ② 歯と歯の間の歯ぐきがきれいな三角形である（ブヨブヨと腫れていませんか？）
- ③ 白い歯である（黒くなっている歯はありませんか？）
- ④ 歯磨きの時に出血しない（歯磨きすると血が出ることはありませんか？）
- ⑤ しっかり噛んで食事ができる（グラグラしている歯はありませんか？）
- ⑥ 舌や粘膜の色が均一なピンクである（白い汚れはついていませんか？）
- ⑦ 唾液が十分に出て、粘膜が潤っている（お口の中が乾いていませんか？）
- ⑧ 強い口臭がしていない（他人から口臭を指摘されたことはありませんか？）

いくつか当てはまりましたか？歯茎からの出血や腫れは、歯周病が疑われます。日頃からチェックすることで、お口の状態の変化にも気づきやすくなります。お口のことについて気になる点があればなんなりと当院のスタッフまで、ご相談ください。

