



カンガルー通信



こんにちは。院長の谷田です。梅雨前線も北上中、湿度が高くなるシーズンの到来です。湿度といえば、キッチンの塩や砂糖が固まってしまうのが困りものですね。塩が固まる原因は湿度の変化。一定の湿度なら固まりませんが、湿度が上がると溶け、その状態から乾燥すると今度は結晶化し、これを繰り返すことで塊になるというわけです。一方で砂糖は乾燥で固まります。砂糖は作る工程の最後で、吸湿性の高いシロップを振りかけることでサラサラを保っていますが、これが蒸発すると塊になります。

対処方法は、塩なら湿気を取り除くこと。電子レンジで加熱したり、炒った米を容器に入れると予防にもなります。砂糖は反対に湿度を加えます。湿らせたコットンなどを容器フタの裏側に貼ると数時間でサラサラになり、ちょっと感動しますよ。ただし感動したところで、砂糖がむし菌の好物であることには変わりません。ジメジメの季節こそ、お口のケアをしっかりと、爽やかな毎日をお過ごしください。



こころあたたまるお話 夕方の街で

～今月のこころあたたまるお話を紹介します～

手を振って歩く速度を少し上げる。背中から汗が吹き出してくるが、それが心地いい。夏の始まりの夕暮れ、日差しはまだまだ強い。定年後の運動不足解消を兼ねて始めたウォーキングも早3ヶ月。「こんにちは」「今日も暑いですね」「ご苦労様」。歩きながら私は顔なじみになった人に声をかける。最初は勇気が要ったが、次第に笑顔で返事をしてくれる人が多くなった。飽き性の私が続いているのは、その輪の広がりが嬉しかったからだ。



前方から近づいてくる黒いシルエット。あの子だ。この暑さの中、いつも黒のスカートスーツ姿で、暗い表情で下を向き歩いている。スーツが浮いていることから見て間違いなく就活生だろう。「こんにちは！」。意識して元気に声をかける。彼女は顔を上げて私を見るが、声なく頭を下げ、とぼとぼと歩

いていく。何度か声をかけているが、いつも同じ調子だ。時には顔をすら上げずに通り過ぎることもある。その様子から、彼女の就活の結果も見取れた。



そんなことを繰り返しているうちに彼女を見かけなくなった。私がうっとうしくて道を変えたのだろうか。元気づけるつもりで声を掛けていたが逆効果だったかと後悔した。

それから一年の時が経とうとしている。ウォーキングも板についたものだ。いつものように夕方の街を歩く私に「こんにちは」と声がかかる。顔を上げると、爽やかなスーツの女の子。それが彼女だと気づくのにはしばらく時間がかかったのは、初めて見せる笑顔のせいだろうか。そうか……よかった、ほんとによかった。私は彼女の後ろ姿を見送り、足取りも軽く歩き出した。彼女の胸の真新しい社章は、私には馴染み深いものだった。「頑張れよ、後輩」。私は小さくつぶやいた。





海外では抜歯!?

皆さんの歯を守る

歯の根の治療



クネクネ

極細

枝分かれ

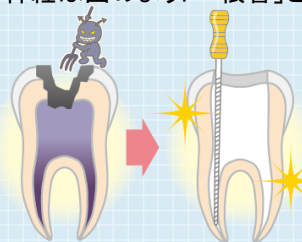
最後まで通院しましょう!



神経は**取った後**が大事!!

じつは/
**緻密で
難しい**

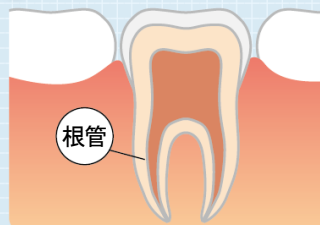
むし歯が進行して神経がむし歯菌に侵されると、ひどい激痛におそれ、神経を取り除く治療が必要になります。しかし、神経は図のように「根管」と呼ばれる歯の根っこに入っています。



むし歯が全体に
広がった根管

根管を掃除し
形を整えます

そのため、むし歯菌がこの根管全体に広がっている可能性があり、単に神経を取るだけでは、またむし歯になってしまいます。そこで根管をしっかりと掃除し、さらに薬を詰めやすくするため、形を整えなければなりません。それが「根管治療」です。



根管

図のように根管は太くてまっすぐに見えますが、実際には0.5 mm以下と細く、さらに

曲がっていたり、枝分かれしていたりすることも珍しくありません。もちろんはっきりと見えるわけではありませんから、実は「根管治療」はとても緻密で難しい治療なのです。



海外ではすぐ抜歯!?

日本では「根管治療」を保険でうけることができます。しかし、これはとても珍しいことで、多くの国では「自由診療」になります。その額、10万円以上ということも…。つまり、海外では費用の問題から「根管治療」ではなく、より費用のかからない「抜歯」が選択されることも一般的です。



最後まで**しっかり治療**しましょう!

「根管治療」は途中で中断してしまう患者さんが多い治療のひとつでもあります。たしかに精細な動きで音もないため「地味」に見えるかもしれませんが、もし根管内に細菌を取り残せば、確実にあとで病気を引き起こします。そのとき、歯を残せる保証はありません。「根管治療」は保険でできる貴重な温存治療です。豊かな食生活を一生続けるためにも、ぜひ最後まで治療を受けてください。



がんばろう!

歯科治療に 欠かせない!

麻酔のお話

歯科治療に欠かせない「麻酔」。
歯科で主に使用する麻酔をご紹介します。

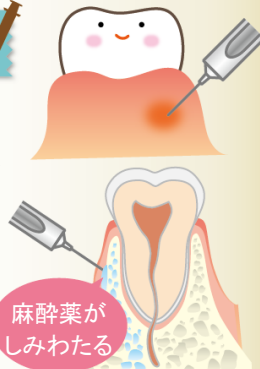
01 表面麻酔法

歯ぐきに塗って、表面の感覚を麻痺させる麻酔です。歯そのものの痛みを抑えるには注射する必要がありますが、この注射の針が歯ぐきに刺さる時に痛いので、それをやわらげるために表面麻酔をします。そのほか、治療時の痛みがそれほど激しくない乳歯の抜歯や歯石を除去する際に使うこともあります。



02 浸潤麻酔法

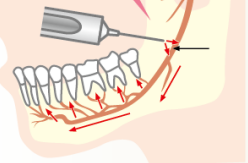
痛みをやわらげたいところに直接注射をする麻酔です。歯ぐきに針を刺し、歯を支える歯槽骨に麻酔薬を染み込ませて(浸潤)、歯の神経を麻痺させます。「麻酔の注射が痛い!」というイメージが強いですが、最近では針がとても細くなるなど技術も発達しているので、以前ほどの痛みはなくなっています。麻酔の効果は1~3時間ほどです。



03 伝達麻酔法

下顎の奥歯は歯を支える骨(歯槽骨)が厚いため、②の浸潤麻酔では効きが十分でない場合があります。そのような場合、図のように脳とつながる神経の周囲に麻酔をすることで、広い範囲でしっかり麻酔を効かせることができます。麻酔の効果は3~6時間ほどです。

口を開けて
もらい口腔内から
かみそ
下歯槽神経へ
麻酔をする



このほか、歯と歯を支える骨の間にある「歯根膜」に注射をする方法もあり、症状などにより適用する麻酔法も変わってきます。また、麻酔で気分が悪くなった経験や、痛みに不安がある方はぜひ事前にご相談ください。



右の絵と左の絵に違う
ところが10個あるよ!

まちがい探し! 「梅雨入り」





ホタテと野菜の バルサミコソース

材料 (4人分)

ホタテ(刺身用)12個
アスパラ3本
ブロッコリー1株
パプリカ(赤・黄) ...各1/2個
オリーブオイル適量
イタリアンパセリ
(飾り用)適量

【バルサミコソース】

バルサミコ酢大さじ6
バター30g
赤ワイン大さじ2
砂糖大さじ1
塩少々

MEMO ホタテには細胞の再生・
成長を促進するビタミン
B2が含まれます。

不足すると、口内炎
や口角炎などを引き
起こします。



作り方

1. アスパラの根元の硬い部分をピーラーでむき、斜め切りで3等分する。パプリカをアスパラと同じくらいの大きさに切る。ブロッコリーは小房に分け、硬めに茹でる
2. 1を薄くオリーブオイルを引いたフライパンでゆっくりと少し焦げ目がつくまで焼き、一旦取り出しておく
3. フライパンに少しオリーブオイルを足し、よく水気を拭き取ったホタテの両面を少し焦げ目がつくまで焼く
4. バルサミコソースを作る。小鍋でバターを焦げないように溶かし、ソースの残りの材料を入れて弱火でとろみがつくまで煮詰める
5. お皿にホタテと野菜を彩りよく盛り付け、バルサミコソースをバランス良く回しかける。
イタリアンパセリをのせてできあがり！

診療スケジュール

6月

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

7月

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

診療時間

午前：9時～12時30分(初診最終受付12時)
午後：15時～19時30分(初診最終受付19時)
土曜午後：14時～17時(初診最終受付16時30分)



医院からのお知らせ

6月4日～10日は「歯と口の健康週間」です。その歴史は古く、今から90年前の1928年6月4日を「虫歯予防デー」と定めたのが始まり。つい数年前までは「歯の衛生週間」という名称でした。

さて、今回は「根管治療」をご紹介しました。むし歯は初期段階では痛みがなく、「しみる！」と感じるころには、歯の神経にまでむし歯が進行していることも珍しくありません。それでも「根管治療」で歯を守ることはできますが、より早い段階で見つければ「根管治療」をしなくてもすみ、歯の寿命も確実に長くなります。年に一度の「歯と口の健康週間」です。むし歯の早期発見のためにも、ぜひこの機会に歯科検診を。

タニダ歯科医院



スマートフォン フェイスブック

ご予約は 外来専用 * 0797-61-2000

訪問専用 * 0120-118-120 (フリーダイヤル)

〒669-1133 西宮市東山台 1-10-5

ホームページは YAHOO! Google で検索 西宮市 タニダ歯科