



カンガルー通信



こんにちは。院長の谷田です。

じめじめとした日が続く梅雨ですが、作物にとっては恵みの雨をもたらす貴重な季節です。なかでも、「梅雨」という名前の一部でも使われている「梅」は、この雨によって熟し、収穫の時期を迎えます。梅には食物繊維やナトリウムなどが多く含まれており、栄養満点です。また、「梅はその日の難逃れ」「梅は三毒を断つ」と言われるほど、殺菌効果のあるクエン酸が豊富で、疲労回復にもぴったりです。身体や気分が重く感じたときは、さっぱりとした梅でリフレッシュしてみるのはいかがでしょうか。

梅干しのような酸っぱいものを口に含むと、身体は「毒」だと判断し、だ液で薄めようとする働きがあります。想像するだけでだ液が出るのは、その記憶に対する条件反射によるものだそうです。だ液の殺菌作用は、むし歯や歯周病予防の助けにもなってくれます。しかし、お口の健康を守るためにも、歯科医院での定期的なチェックを心がけてください。

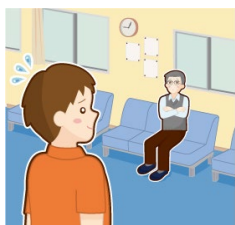


こころあたまのお話

魔法のように

～今月のこころあたまのお話を紹介します～

僕が働いている介護施設では毎年、夏祭りを開催する。今年もその季節がやってきて、施設は賑やかな声と、お祭りを楽しみにしている笑顔で溢れていた。かくいう僕も、そんな「浮足立ったみんな」のひとりだ。



「折り紙が足りない人はいませんか？」周囲に声をかけながら、飾り付けを作るための材料を配っていると、遠くの方でポツンと椅子に腰掛けているスズキさんの姿が目にとまった。半年ほど前に入居したばかりで、物静かな性格のせいかな一人で過ごしていることが多い。

「スズキさん！折り紙で何か作ってみませんか？」そういって折り紙を手渡すと、「じゃあひとつ」と言いつつ折り始めたのが、とても上手に折られたバラだった。「すごく器用なんですね」と感嘆の声を上げていると「昔から細かい作業が好きでね。手品なんかも得意だったんだ」と少し照れくさそうにしながら、もう一輪、夏祭り当日。屋台を出したり、ゲームをしたり、賑わう

施設内では、目玉企画として歌謡ショーも開催することになっていた。ところが、出演予定の演歌歌手が急遽来られなくなってしまい、職員たちは大慌て。代役や代案が簡単に用意できるわけもなく、「中止にするしか…」と諦めかけたその時、僕の頭にはあのバラが思い浮かんでいた。

そして迎えたイベントの時間。賑わった広間の中、ステージには緊張した面持ちのスズキさんが登場する。見知った顔の登場に、困惑と静寂が広がる中、スズキさんが手を前に出すと、みんなの視線はその一点に集中した。

「…はいっ！」

という掛け声と共に、何もない手からパッと花が出てきたり、トランプが舞い上がったり、みんなが知る物静かな姿からは想像もできない鮮やかな手品が披露されると、会場からは割れんばかりの拍手が沸き起こった。

「今日も賑やかですね！」

夏祭りの日を境にすっかり施設の人気者になったスズキさんの周りには、今日も手品を見に来た人たちが集まっている。

「こんな日が来るなんて思ってもみなかったよ。ありがとう」スズキさんがそう言ってくると、僕の手を握ると、手の中にはあのバラが残されていた。



こんなことまで
まるっと見える!

レントゲンでわかる

あんなこと こんなこと



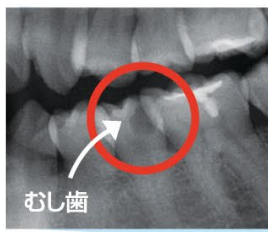
歯科医師や歯科衛生士でも、お口の中をひと目見ただけで、すべての症状を見つけることはできません。というのも、お口の疾患のなかには「見た目だけではわからないもの」も存在します。そこで役に立つのが『レントゲン』です。



隠れたむし歯も 見つけられる!

レントゲンは、正式には『X線撮影』といって、X線を通して体の中を写し出します。筋肉など密度の低い部分はX線がよく通るため黒っぽくなり、逆に骨などの組織はX線が通りにくいいため、白っぽく写ります。

むし歯ができた箇所は歯が溶けて密度が下がり、レントゲンで撮影すると黒く写るため、肉眼では見えないむし歯もしっかり見つけることができます。



被ばく量は必要最低限

実は、私たちは空気や食品などから常に放射線を受けており、**年間で約2.1ミリシーベルト**の被ばくをしています。それに対して歯科におけるレントゲンの被ばく量は、**約0.01~0.1ミリシーベルト程度**で、日常生活における被ばく量よりも極めて低いことがわかります。むし歯を早期発見する上で、レントゲンはとても有効な検査方法です。みなさんの健康を第一に考え、レントゲン撮影が必要かどうかは、私たちが責任をもって判断していますので、安心して検査を受けてくださいね。

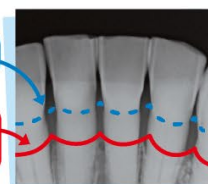
歯周病や親知らずも レントゲンでチェック!

レントゲンはむし歯だけではなく、歯周病の進行具合も調べることができます。歯周病は、放っておくと「歯」や歯を支える「あごの骨」が溶けてしまう恐ろしい病気です。

レントゲンにはあごの骨も写るため、骨の高さから歯周病の進行具合を確認できます。

本来の骨の位置

溶けてここまで下がっています



親知らず

他にも、親知らずの生えている向きを確認して抜歯の計画を立てたり、歯の根っこの先に膿が溜まっていないか確認したりする際など、レントゲンはさまざまな診断で活躍します。



薬の服用を

続ける? やめる?

治療前に必ず ご相談ください!!



治療の際、他の病院で処方されているお薬の「休薬」が必要な場合があります。しかし、勝手に服用を止めてしまうのはみなさんの健康を損なうリスクがあるため、絶対にNGです!

こんなお薬を 飲んでいませんか?

骨粗しょう症の薬

ビスフォスフォネート製剤
(BP 製剤とも呼ばれるお薬)



血液がサラサラになる薬

「抗凝固薬」「抗血小板薬」など
ワーファリン、バイアスピリン



これらのお薬を飲んでいたら 抜歯はできません



しかし、左記のお薬を服用しているからといって、必ずしも「抜歯の治療はできない」というわけではありません。たとえば、脳梗塞などを予防する抗血小板薬は、抜歯後の出血が止まりにくくなってしまいます。しかし休薬してしまうと、却って抑えていた症状が発症してしまうリスクが上がります。休薬せずに抜歯するケースもあります。お薬を飲んでいても、**処方医師と歯科医師が連携をとることで、休薬せずに抜歯をすることが可能なのです。**



事前に必ず歯科医師にご相談を!

今回ご紹介したお薬以外にも、抗うつ薬や抗精神病薬など、歯科治療と関係のあるお薬はたくさんあります。それらを休薬すべきかどうか判断するには、**お薬の種類や治療内容、全身の状態など、さまざまな状況を鑑みて十分な相談が必要です。**安全な治療を行うためにも、治療を受ける際は、**お薬手帳**などを持参して、飲んでいるお薬を私たちに確認させてください。



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 🔍! 「サクランボ狩り」



