

## みなさんの頑張りが嬉しい1年でした！！



今年も早いもので残りの日数を数えられる位までになりました。  
みなさん、今年最初のスマイル通信の内容を覚えていらっしゃいますか??

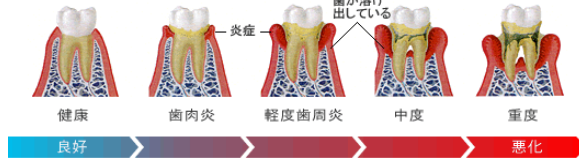
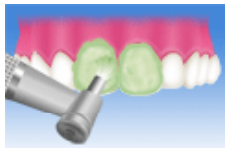
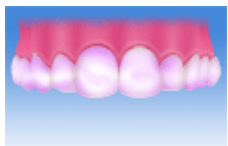
「**お口のなかの健康を見直そう!**」でした。

今年1年間みなさんと一緒に改善のお手伝いをして見ていましたが、今年は皆さんの積極的な受診が多かったなあと感じました。

状態によって3か月から半年で定期検診にいらしていただくようお願いをして、時期がきますとこちらより定期検診のお知らせをお送りしていることはご承知の通りだと思いますが、そのお知らせを心待ちにしてくださっている方が増えました。それはみなさんの歯に対する正しい知識と、ご自身のお口の中の状況を把握したことによる「早期発見 早期治療」「定期検診の重要性」に対するご理解を得られたからだと思います。

私たちスタッフも初診時の皆さんの表情と、治療終了から定期検診になる時の表情の変化に気付いていました。

歯周病の進行度



定期検診常連の方たちはお知らせが届くと一週間以内にご連絡をいただける方が多いです。テレビやCMで歯の事を見て慌てていらっしゃる方もおられます。

**でも気を付けてください!**

皆さんそれぞれケアの内容や治療内容が違うのに、メディアの話が全員合致するとは限りません。虫歯や歯周病の基本的な部分については大体合致しますが、歯周病は本当に人それぞれです。

ちょっとだけしか当てはまらないから大丈夫という自己診断は良くありません。

実際に自己診断をし続けたことによって、来院された頃にはもう手遅れという方もいました。

先生からされた診断がご自身の自己診断と違うということに納得できない時は必ずセカンドオピニオンを受けて、納得した治療を受けていただきたいと私たちはいつも考えています。それがみなさんのお口の中が改善する大きな一歩になるからです。



さて、話を戻して来年もみなさんがお口の中のことに対してより積極的な行動をとってもらえることを大いに期待しております。

来年もみなさんと一緒に治療・改善のお手伝いをいたしますので  
よろしくお願ひします



\*\*\* 年末年始の休診のお知らせ \*\*\*



平成28年12月29日 (木) ~ 平成29年1月5日 (木)





# 入れ歯のあれこれ ～入れ歯は長い目でみて下さい～

## (1)入れ歯の構造

一般的な入れ歯は、失ってしまった歯の代わりになる[人工歯]と粘膜部（歯ぐき）に接する入れ歯の土台の[床]と入れ歯を支える歯に引っ掛けるための[バネ]の3つの構造でできています。

## (2)入れ歯は完成してからが重要

完成した入れ歯を入れても歯ぐきに当たって痛くて入れられない！そんな声をよく耳にします。残念ながら**最初から痛みなく入れ歯を使うのはとても難しいこと**です。話をしてみたり、食事をしながら、当たって痛い場所を見つけては削ってを繰り返していきます。何回も調整し、初めて使えるようになります。**入れ歯の調整は本当に重要**です。



## (3)食事に注意

食べ物を咬むと咬む力で入れ歯が歯ぐきに沈みます。調整した入れ歯でも硬い食べ物を食べるのは難しいです。まずはやわらかい物から慣らしていき、よく使えるようになってきたら、硬い食べ物を小さくしたり工夫して食べるようにしましょう。



## (4)人工の歯だけど、ブラッシングは大切

人口の歯なので、虫歯や歯周病にはなりません。しかし口に入れているので、本当の歯と同じように歯垢・歯石・着色などが付きます。

汚れがべったりくっついていて入れ歯で食事をすると菌が食べ物と一緒に体の中に入り込み病気の原因になったり、また部分入れ歯の方は残っている歯に悪影響を及ぼします。

入れ歯も自分の歯と同様、ブラシで磨いてください。ブラシで汚れを落とした後に入れ歯洗浄剤に浸けると除菌ができます。**常に清潔に保ちましょう。**

洗い方お話しします！

## (5)定期検診が必要!!

問題なく使えている入れ歯でも使っていくうちに、歯ぐきが痩せてきたりバネが緩んできたり、人工の歯がすり減りかみ合わせがずれてきます。合わなくなってきた入れ歯を使い続けると割れたり欠けたりする原因になります。痛みがなくても、入れ歯を長持ちさせるために、定期的な検診をおすすめします。

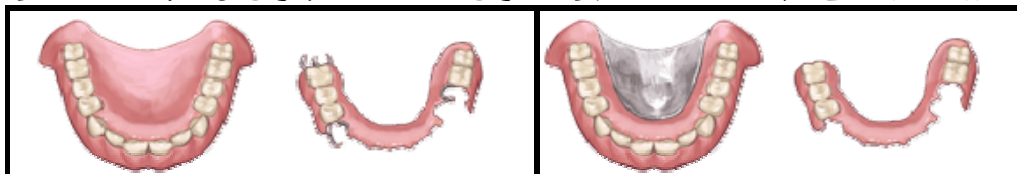
入れ歯は作ってからが始まりです。上手に使えるまで時間もかかり、また100%ご自分の歯で食事していた時のようになんでも食べられるわけでもありません。

お餅やガムなど粘着力のある物は難しいでしょう・・・。

しかし、無くなってしまった歯の代わりになるだけでなく、見た目や発音の回復、残っている歯の保護など色んな役割を果たしてくれます。**入れ歯は長い目で見て**

**うまく付き合っていくみましょう。**今回説明した内容はごく一部です。入れ歯といっても色々な種類があったり、患者さんの口の状態によって取扱いも変わってきます。

少しでも気になる事、困っている事があればいつでも声をかけてください。



この二組の義歯、同じように見えて材質が違うんです。保険と自費で値段が変わってしまうので、気になる事はよく確認しましょう！



小高歯科クリニック

足立区綾瀬2-26-9

03-3604-6222

www.kodaka-dc.com

月・水・金

火

土

昼休み

休診日

10:00～19:30

9:30～19:30

9:30～16:00

13:00～14:00

木・日・祝日