

「気遣い」研修! by ひらてつ院長

みなさん、こんにちは。ひらてつ院長です。

ひらの歯科医院では皆さんに安心して、少しでも気持ちよく診療を受けていただくため毎月外部講師を招いて院内研修を行っています。

先月の研修は「気遣い」のキホンや会話のキホンがベストセラーになっている元ANAのCAである三上ナナエさんに院内の様子をチェックしていただき、その後「気遣い」についての講義をしていただきました。



前列真ん中が三上ナナエさんです



患者さんが安心して「身だしなみ」についてや「気遣いとおもてなしの違い」などについて話していただき、緊張して来院される皆さんが少しでも安心して診療が受けられるような普通の私たちの心得について教えて頂きました。

特に院長以外は全員女性である当院スタッフは「気遣い力」がアップすると幸せになれる! と思っただらしく、いつに増して真剣に講義を受けていました。

院長的にはスタッフの「女子力」がアップして、次々にスタッフが「寿退社」したらどうしよう...とヒヤヒヤの研修でした。



乾燥注意報! by Dr鶴田

こんにちは、歯科医師の鶴田です。

朝晩の冷え込みが厳しくなり、いよいよ冬の到来を感じますね。

冬は空気も乾燥して、お肌もカサカサします。

お口の中も例外ではなく、体の中の水分が足りないと口が渇く場合があります。このような場合は、水分を多く摂るように心がければ元の状態に戻りますが、水分を摂っても元に戻らず、乾燥感が続く状態をドライマウスと呼びます。

ドライマウスの原因としては

- ① 加齢により、唾液の量が少なくなっておきるもの
- ② 糖尿病や人工透析、服用している薬によるもの
- ③ 手術や放射線治療などで唾液腺を切除したり、影響を与えたことが原因で唾液がでなくなったもの
- ④ シェーグレン症候群
- ⑤ 緊張や悩み事によって、唾液が出なくなったものなどがあります。

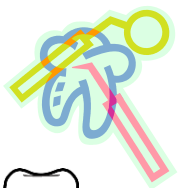
このように、口の中を潤してくれている唾液の減少によっておこることがほとんどです。

治療としては、乾燥状態をやわらげるような方法をとります。

初期の方は、唾液腺マッサージが有効で、また、お食事の際には、よく噛んでなるべく唾液が出やすいようにします。

それでも、なかなか改善されない場合は、湿潤剤や保湿剤を使用して、お口の中の乾燥を緩和します。

お口が乾燥する、ヒリヒリする、食べづらい、飲み込みづらいといった症状がある方は、お気軽にスタッフにご相談下さいね。



ひらの歯科通信 11月号②

第35号 平成27年11月15日発行



お歯黒! by DA 園田

歯科助手の園田です。

先日、関内にある神奈川県歯科医師会館にて日本歯科医師会主催歯科助手検定の講習会に参加してきました。

講習会は6日間で朝から夕方まで缶詰状態で歯のことを色々と学んできました。

その中で、歯科の歴史についても学んできました。

日本と西洋の歯にまつわる古来からの風俗、我が国独自の木製の入れ歯や爪楊枝をはじめとして、西洋の象牙や陶製の入れ歯、抜歯の道具などの歴史資料が展示してありました。

その中で特に私が気になったのが「お歯黒」。

明治時代以降に既婚女性、未婚でも18~20歳以上の女性、及び遊女、芸妓の化粧として定着していましたが、お歯黒にはむし歯予防の効果もあったそうです。

最近は少なくなってきましたが、子供の前歯が不自然に黒くなっているのを見たことはありませんか？

それはむし歯ではなく、「サホライド」というむし歯の進行止めのお薬を歯科医院で塗っているためなのですが、実はその「サホライド」という薬はお歯黒を元に開発された薬だったのです。

昔からむし歯予防を行っていたのですね。

皆さんも毎日の歯ブラシにデンタルフロスや歯間ブラシも使って、むし歯予防を心がけましょうね。

当院の定期的なメンテナンスにも是非お越しくださいね。



薬を塗って黒くなっています

歯で困ったら ☎ 0466-49-1382まで!

ひらの歯科医院 藤沢市菖蒲沢611-1

月曜~土曜 9:00~13:00/14:30~18:30 (火・木曜日は~17:30) 休診: 土曜午後・日・祝



おすすめケアグッズ! by DH 浅沼

「システムセンシティブ」

寒くなると水が冷たくなってきますが、冷たいものを口に含むと歯がしみることはありませんか？

むし歯の場合もありますがそうでない場合は知覚過敏の可能性がります。

この歯磨き剤は知覚過敏のつらい症状を、硝酸カリウムと乳酸アルミニウムという成分がブロックする歯磨き剤です。

それだけではなく IPMP (イソプロピルメチルフェノール) やトラネキサム酸が歯周病を予防したり、むし歯予防のフッ素 (MFP: モノフルオロリン酸ナトリウム) も配合されています。

低研磨、低発砲、マイルドな香味でじっくりブラッシングができます。歯がしみてお困りの方にオススメです!



① 効果性・持続性の2つの薬用成分が、知覚過敏の症状をダブルブロック。

硝酸カリウム: 歯髄神経を鎮静し、歯髄に刺激が伝達するのを抑え、ブラッシング時の痛みをケア。

乳酸アルミニウム: 露出した象牙質を充填し、歯髄内に侵入する刺激物質を封鎖 → 歯髄痛の痛みまでケア



② 知覚過敏と併発の多い歯周病や根面う蝕も予防

IPMP (イソプロピルメチルフェノール): バイオフィルム内破壊で歯周病を。

トラネキサム酸: 歯肉の炎症・出血を予防。

MFP (モノフルオロリン酸ナトリウム): 再石灰化を促進。

③ 歯肉のプラークコントロールをしっかりサポートするソフトペーストタイプ

④ 長時間ブラッシングに適した低研磨・低発泡・マイルドな香味