第 62 号 2023 年 秋号 発行

Smile Club スマイル通信

医療法人 渋田歯科クリニック 〒031-0833 八戸市大久保沢目13-5 TEL:0178(31)6480 https://www.shibuta.jp

院長からひとこと

最近は物より体験が売れているそうです。今回の特集である「デンタルエステ」「健康チェック」や「ホワイトニング」等当院では皆さんに楽しんでいただけるメニューを取り添えています。「気持ち良い」「スッキリした」「こんな事が分かるの、凄い！」とか「白くなって気分が上がる」と喜んでいただいています。他ではできない体験を是非渋田歯科で楽しんで下さい。

教えて！衛生士さん 渋田歯科オリジナル 健康チェック

当院では、「お口の中から健康に」を目指し歯科の分野以外にも様々な取り組みをしています。その中でも定期健康管理に通われている方に、歯科からできる健康のお手伝いとして、「健康チェック」をお勧めしています。すでに受けたことがある方もいらっしゃるでしょうか？呼吸も、食事も、すべて入口は「口」です。口腔内の環境を整えることは全身の健康にもつながります。お口のトラブルが実は全身に影響しているかも？！体の不調も原因をたどるとお口がはじまり？！なんて事を私たちと一緒に確かめてみましょう！

「私たちがお手伝いします！」

サポートするスタッフはもちろん健康？？

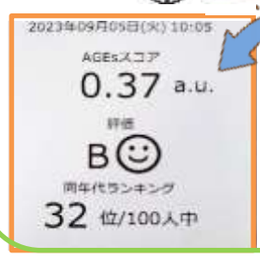
AGEs 「糖化」を防いでアンチエイジング

食事などで過剰に摂取した糖と、たんぱく質が結びつくと生成されるのが「AGEs」＝老化物質です。どれだけ体に蓄積されているか調べてみましょう。

衛生士：菅野(4年目)

「甘いものが好きです！最近は糖の上昇をおさえるとテレビで観たので、めかぶを食前に食べています。」

測定すると…



AGEsの蓄積は「やや少ない」レベルです。

菅野：「実は、以前はD判定だったのでとても嬉しいです！」

血流スコープ 毛細血管ひとつで健康状態が丸裸！

毛細血管の形状は生活習慣によって、数カ月のサイクルで変化すると考えられています。自分の目で観察してみましょう。

衛生士：工藤(3 年目)

「暑かったので寝不足が続いていました。中々疲れがとれていません・・・」

測定すると…

正常

本来きれいな放物線状に見えるはずが、血管が短く、ねじれもみられます。

工藤　結果

工藤：「毛細血管にもこんなに表れてしまうんですね！ルイボスティーが良いと聞いたので飲み続けようと思います。」

自分の健康を見直すのに、年齢は関係ありません！
今こそ、未来の健康状態をのぞいてみましょう！！

毎月"8日"は歯ブラシ交換日

歯ブラシは毛先が命です。今お使いの歯ブラシ、毛先が広がってませんか？毎日使う**歯ブラシ交換の目安は月1回がベスト**です。

歯ブラシを長く使い続けると…

・汚れを落とす力がダウン

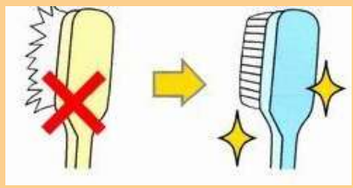
きれいにブラッシングができず、虫歯や歯周病になりやすくなる

・歯ブラシが雑菌の温床に

古い歯ブラシほど、雑菌が繁殖しやすくなる

・歯や歯ぐきを傷める

毛先の弾力性がないと、歯や歯ぐきを傷める



V7ハブラシをご使用の方も磨き方の再確認ができますのでぜひお持ちください！衛生士(プロ)がブラッシングすることでより効果がアップします。

検診時、差し上げている歯ブラシは販売もしています。
まとめ買いがオススメです。
また、ご自宅でお使いになっている歯ブラシもお持ち頂きたいと思います。担当衛生士と、どんな歯ブラシが合っているか**「歯ブラシトーク」**しませんか？

祝 新たにデンタルエステティシャン誕生

菅野　川村　工藤　関川

7/29、30 にデンタルエステセミナーが開かれ、受講した歯科衛生士4名が全員合格しました。セミナー後から昼休み等活用し、スタッフ同士で日々練習に励んでいます。
少しずつデンタルエステを体験される方が増え、受けた方からは「自分では気付かなかったけど、触られて凝っていることに気付いた」「気持ちいい！毎月受けたい」「頑張っている自分へのご褒美だね。また受けたい！」と大変好評です。
凝りの状態次第では、気持ちよさだけでなく痛く感じられる部分もあると思います。
デンタルエステを通して自分のおロの中や首・顔周りの凝りの状態を知って頂き、少しでも改善のお手伝いや、より健康に過ごして頂けるようサポートしていきたいと思います。