

# 歯つひー通信

第33号

三阪歯科医院 中間市太賀1-2-3 TEL093-244-0315  
URL : <http://www.misakasika.jp/>



2013.10.1



ストリーリング水  
とボターレーザー

続き、体調を崩し7月10日に厚生年金病院を受診しウイルス性の脳髄膜炎との診断で即日入院をしました。

検査後、点滴、安静でずいぶん改善されたのですが、1週間後の4回目の髄液検査後、体調悪化、更に複視といつて物が二重に見える症状が出てきました。この症状は8月23日まで続きましたが、今は体力面も含め完治していると思います。

皆様にはこの50日間ご迷惑をおかけしました。私自身初めての入院も含めこんなに長期の療養を経験したことがなかったので、健康でいられることが何よりも嬉しいです。これから診療などを行います。これから診療などを

したね。先月号で徳島トライアスロンの完走をお伝えしました。その後、自己免疫力が低下していたせいか、発熱、頭痛が続いた。その後、自己免疫力が低下していたせいか、発熱、頭痛が

POIC診療所

通して皆様のお役に立てるよう健康管理に留意していきたいと 思います。

さて皆様「病巣疾患」をご存知でしょうか?身体のどこかに限局した慢性炎症があり、それ自体はほとんど無症状か、わずかな症状を旨とする過ぎないが、遠隔の諸臓器に反応性の器質的及び機能的な二次疾患を起こす病像。つまり病気は症状のあるところで起こっているのではなく、原因は別のところにあります。その原因の80%以上は口や鼻の問題だといわれています。

口つまり歯に由来する病気、周病やむし歯由來の神経の炎症などから口腔内常在菌が血中に移行し菌血症になる可能性も指摘されています。日本赤十字社献血の条件に3日以内に出血を伴う歯科治療(歯石除去を含む)をしていないという条項があります。歯周病などの慢性疾患が別の疾患の引き金になることは十分に考えられます。

口と鼻は「命の入り口」でもると同時に「病の入り口」になります。ここをいかにきれいに保つかが重要です。

三阪歯科はPOIC診療所(次頁参照)を目指しています。システムとして、治療、定期健診を通じ、効果の高いタンパク

分解型除菌水(ボイツク水Ⅱエ ピオス水)と菌質強化や組織再生薬に優れた歯周剤オーラループ40を併用し細菌を一定量以下にコントロールしています。

ホームケアでも使用すれば効果は数倍にもなるでしょう。また

10月よりレーザ光と高濃度ボイツク水による画期的な歯周病短期治療のできるストリーリング水導入します。詳しいことはスタッフにお聞きください。

イック水による画期的な歯周病短期治療のできるストリーリング水導入します。詳しいことはスタッフにお聞きください。

ホームケアでも使用すれば効果は数倍にもなるでしょう。また

練習をしていくうちにサックスの魅力にどんどん取りつかれました。高校もブランバンド部に力を入れているところに進学し、三年間寮生活をしながら毎日練習をしました。

一年生と三年生の時に、音楽の都ワインでの世界音楽コンクールにも出場し、最優勝であるワイン大賞を受賞しました。

その後サックスを専門的に学ぶために音大に入学し、日々練習に励み、現在は、サックスの講師として「ゆきのサックス教室」を開催しています。

## サックス人生

山形 小雪(宮屋町)

私はサックスの出会いは、中学校でプラスバンド部に入部しましたのがきっかけです。小さい頃からピアノをしていましたが、ピアノはあまり得意ではありませんでした。プラスバンド部に

初心者の方も大歓迎です。是非私と一緒に演奏してみましょう。そんな私と三阪先生の出会いは、私が一人目を妊娠している産婦人科でした。その歯科講話でお腹の赤ちゃんに母親のむし歯の影響があることや、歯のお手入れの方法など、私が今まで行つた歯医者さんでは聞いた事がない話ばかりでした。

それから三阪歯科に通つようになり、治療していただきました。三阪先生と出会って8年。長女、花8才、次女、鈴6才と

練習をしていくうちにサックスの魅力にどんどん取りつかれました。高校もブランバンド部に力を入れているところに進学し、三年間寮生活をしながら毎日練習をしました。



鈴ちゃん 花ちゃん



なでから口腔内常在菌が血中に移行し菌血症になる可能性も指摘されています。日本赤十字社献血の条件に3日以内に出血を伴う歯科治療(歯石除去を含む)をしていないという条項があります。歯周病などの慢性疾患が別の疾患の引き金になることは十分に考えられます。

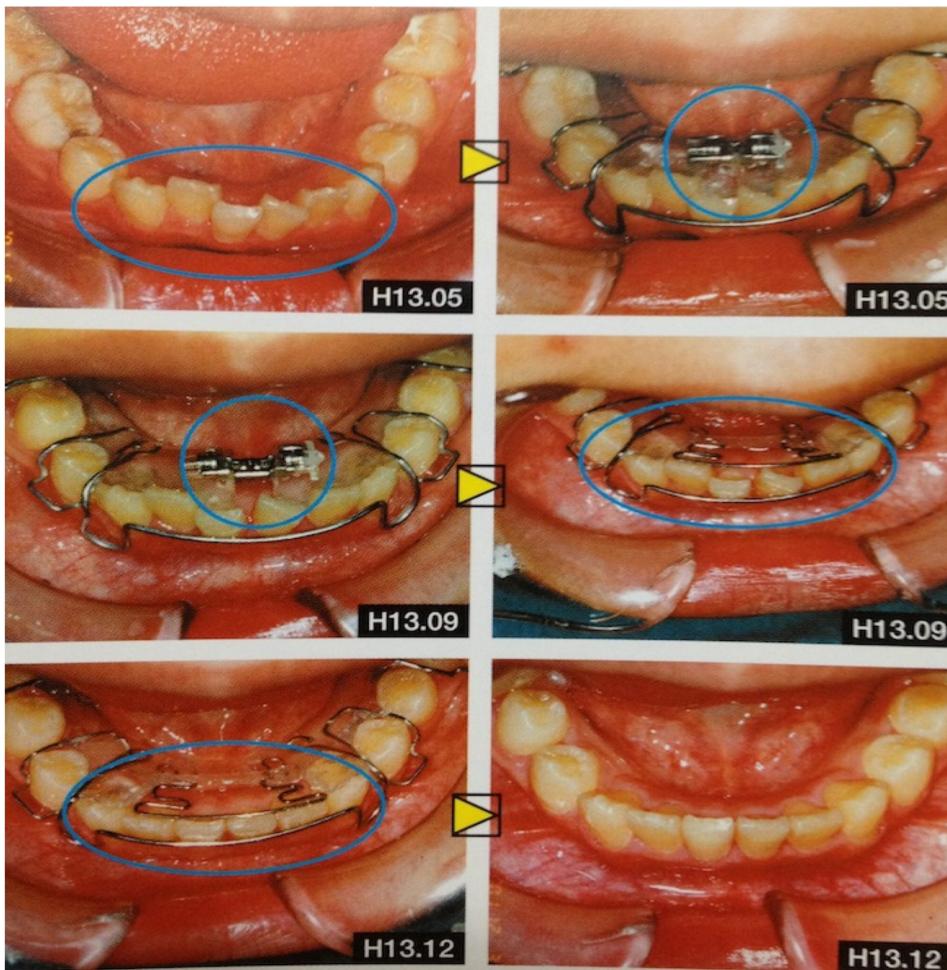
口と鼻は「命の入り口」でもると同時に「病の入り口」になります。ここをいかにきれいに保つかが重要です。

三阪歯科はPOIC診療所(次頁参照)を目指しています。システムとして、治療、定期健診を通じ、効果の高いタンパク

こゆきのサックス教室  
無料体験レッスン実施中  
090-2396-8872

クラシックサクソフォンの世界  
サクソフェスタ  
12月8日(日) 17:30~  
岡垣サンリーアイハミングホール  
前売券 一般2000円 学生1500円  
宜しくお願いします 小雪

# 床矯正装置について



最近のちびっ子たちの歯並び、気になりました事ありますか？ちょっと周りの子供を観察してみて下さい。「綺麗な歯並びしているな～」という印象をうけませんでしたか？

昔は隙っ歯の子供たちが多くいました。それに比べ、現在は歯と歯が隙間なく並んでいて、とても綺麗な歯並びをしている子が大半です。しかし、子供の歯が綺麗に並んでいる事は決して良い事ではないのです。

子供の歯が抜けたあと、大人の歯が生えてきます。その大きさはなんと子供の歯の約1.5倍。大人の歯が前歯4本並ぶためには、子供の歯では前歯6本分のスペースが必要な計算になります。なぜ、このように歯が並ぶためのスペースが足りなくなってしまったのでしょうか？？

それは、顎の骨が本来成長すべきであった大きさに上手に成長してくれていないためです。顎の骨を成長させるためには、しっかりと噛んで、刺激を与える事が必要なのですが、食生活の変化により、あまり噛まなくてもよい柔らかい食べ物が増えてしまいました。栄養的には足りているので、身長、体重は順調に成長できるのですが、刺激の少ない顎の成長は妨げられてしまうのです。また、噛まずに飲み込めるので、顎の周りの筋肉の成長も妨げられ、最近、ぶくぶくうがいができる子供たちが急増しています。唇に力がないため、いつもお口が開いている子、お口で呼吸をしている子が多いのも事実です。それから、舌（ベロは筋肉の塊りです）が上手く動かせないので、滑舌が悪かったり、飲み込み方が下手で、

錠剤を飲めない小学生もいます。

お母さん、おばあちゃん、こうならないために、歯ごたえのある物を30回以上しっかりと噛むようにと指導して下さい。（決して硬いものでなくても大丈夫です。）前歯で噛り付くことも大事なので、お料理をする時は大きめに切って食べさせて下さい。それから、食卓テーブルにはコップは置かないようにして下さい。飲み物があると、噛まずに一緒に流し込んでしまいます。

（もちろん、お味噌汁やスープは今までの様に食べてOKです）

しっかりと、噛んでいてもまだ、歯並びが悪い事が気になるようであれば、矯正治療をお勧めします。床矯正やT4Kなどは、顎の骨の成長を促し、子供たちにとってとても有効な矯正治療装置です。歯にボタンをつけてワイヤーで並べる方法とは違い、取り外しは自分ででき、日中数時間と寝ている間に装着する装置です。興味のある方はスタッフまでご相談下さい。

**床矯正** 真ん中にねじがついており、ここを決められた曜日に決められた分だけ回すと装置が少しづつ拡がります。この装置をしっかりとお口の中に装着しておけば、ねじが拡がった分だけ、顎の骨も拡がり必要なスペースを確保できるという装置です。スペースが確保されたら、次はねじのないタイプでガタついた歯並びを整えることも可能です。

**T4K** お口の周りの筋機能を整えるマウスピースタイプの矯正装置。ソフト（シリコン）とハード（ポリウレタン）があり、ソフトタイプを数ヶ月使用した後、ハードタイプへ移行します。装着する事により、理想とされる顎の大きさに成長を促し、歯並びを整えていきます。（歯科医師 中野真紀）

参照図書床矯正・矯正治療の手引き



**ポイック診療所 POIC** (Professional Oral Infection Control 専門家による口腔感染症の管理)

むし歯、歯周病も口腔常在菌による慢性感染症でありその結果、血液中に移行し菌血症を引き起こし、また口呼吸による口腔領域の扁桃の汚染により全身への病巣疾患が病気の本質を難しくしています。食習慣の変化による口腔内環境の悪化などが問題を複雑にしています。これらの影響を解決するには症状に目を向けるより原因に近いところを抑えなければ解決はできません。因果の法則があるようにたとえば海をきれいにするにはその上流にある川をきれいに、その上の山をきれいにしなければなりません。最近むし歯は少なくなりましたが、歯周病は国民の80%以上が罹患し、口呼吸する人も80%といわれています。効果的にまた簡単に結果を出す方法がPOICという考え方です。健康は最大の財産です。早いほど若いほど結果は大です。皆で取り組んでいきましょう。

あいうべ先生の  
セミナーに  
行つてきました！



8月25日(日)に、『あいうべ体操』を作られた福岡市にある、みらいクリニックの今井一彰先生の講演会に行つてきました。免疫力を高めて病気を治す口の体操『あいうべ』～歯科医院を国民の健康のポータルサイトに！というテーマで約5時間、いろいろな話や症例を交えてお話をし頂きました。

口呼吸がもたらす最大の弊害は、咽頭リンパ組織の乱れや鼻粘膜などの萎縮、口腔内雑菌の繁殖によって引き起こされる免疫異常です。口呼吸の改善は、あらゆる病気の原

因治療につながります。そのため、「あいうべ体操」をしつかり継続している人は、自然に鼻で呼吸ができるようになります。症状もおもしろいように改善していくと今井先生は言われていました。

あいうべ体操をしただけで血流の悪いおばあさんでも体温の上昇が全体的にたらされていたり、他にも何年來も苦しんでいるアトピーなども数ヶ月できれいになつていま

して。様々臨床例を写真でみて、改めて口呼吸の怖さ、鼻呼吸の大切を学びました。

多くの病気や症状は呼吸法を変えるだけで改善できます。

みなさんも口呼吸チエツクリストに1つでも当てはまるものががあれば、是非『あいうべ体操』をして舌の位置を整え、鼻呼吸を行い健康になりましょう。また、こういう方におすすめです。

口がいつも開いている、何となく疲れやすい、だるい、やる気が起きない、手軽にいつでもどこでも出来る健

康法が知りたい アレルギー性疾患（花粉症、喘息、アトピー性皮膚炎など）で困っている。

そして、今井先生は『ペリオ』を流行語大賞にした

いと何度も言わっていました。『ペリオ』とは歯周病のことですが、歯周病と言われるとお口の中だけの炎症と思われる事が多いと思います。しか

し、今では歯周病菌が血液を介して全身に回り、様々な病気の因子になつていることがわかつています。お口の健康を保つ事が体の健康へつながるので、お口だけの歯周病ではなく、体全体の意味として『ペリオ』という言葉で覚えて頂きたいと思います。

(日川里美)

### 口呼吸のチエツクリスト

8月17日(土)にキッズクラブの夏祭り&勉強会を開催しました。お盆明けすぐでしたが、当日は保護者の方も含め約50名の方に参加して頂きました。今年は『みんなで☆あ、い、う、べ～！』をテーマに、大人の部と子ども部に分かれて勉強会をしました。

子どもの部ではさらに2つのグループに分かれてもらい、小学校3年生以上のグループには口呼吸についてのスライド

のグルーピングに分かれてもらい、小学3年生以上のグループには口呼吸についてのスライド

で見て体験することで子ども達にも、保護者の方にも分かれやすく理解して頂けたのはないでしょうか。

大人の部では、院長より「子ども

の食生活」についての講義をしまし

た。ご参加いただいた保護者の方からはとても勉強になりましたとの声が多く、食生活の大しさを改めて実感して頂けた様でした。また、あい

うべ体操をやつておられる声も頂きました。

### キッズクラブ 夏祭り&勉強会



ショーを見てもらつたり、あいうべ体操の正しい仕方などを衛生士さんと一緒に勉強しました。もうひとつグルー

プには保護者の方も一緒に参りました。もうひとつグルー

プには保護者の方も一緒に勉強し加していただいてお砂糖を使つた簡単な実験を行いました。



暑い中、お集まり頂いた皆様いつも本当にありがとうございます。これからもスタッフ一同、皆様のご参加を心よりお待ちいたしております。

(久枝 夏美)

## 7月&8月お誕生日会☆ おめでとうございます！

7月27日は堀さんの誕生日でした。今年は病院のスタッフフルームで誕生日会をしました。フルーツいっぱいのケーキを前に大好きなスイカをしょってるニコニコ笑顔の堀さん、これからも三阪歯科医院のムードメーカーでいて下さいね。

8月28日は院長先生の62回目の誕生日でした。今年は院長先生の体調が悪く、皆で祝えるのか不安でしたが院長先生の気合いでなんとか皆でお祝いすることができました☆スタッフからのプレゼントは靴にしました!! 友利さんと色違いです★これからもお体に気をつけてください。

(●^○^●) (工藤綾香)



夏は暑かったです！この冬の寒さは厳しいでしょうか。冬支度を少し早目ですがブーツを出しました。あらあー白い斑点が出てました。皆様も冬物の早い点検をして下さい。（三阪祐子）



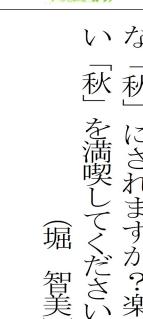
ブリザーブドフラワーの講座を体験しました。お花があるとお家の中も明るくなりますね。また色々な講座体験をしようと思っています。（友利一美）



夏は天草の海でペルセウス流星群を見たり、たくさん満喫してきました。秋も色々な所に行って自然を満喫した



今年の夏は子供たちとスペースワールドのプールに5回行きました。海はタイミングが合わず雨の宗像大島だけでした。でも楽しかったです。（野崎真由美）



いな「秋」を満喫してください。これから気持ちの良い「秋」ですね。読書の秋、食欲の秋スポーツの秋、皆さまはどん



## スタッフ発信

夏痩せたのでこのまま体重維持の為に少しふ運動してみようと思う今日この頃です。（堀智美）

秋は体を動かすには絶好の季節です。運動不足気味なのでいっぱい体を動かし、風呂上がりのストレッチとマッサージで冷え性を改善したいです。（久枝夏美）



食欲の秋（気が早いですが）年末年始のお餅は上品なお口で、ゆっくりと噛み味わって楽しみましょう。誤嚥予防です。あいうべ体操もわざわざね～☆（三阪よし恵）

山ガールデビューしました。♪寒くなる前にいっぱい登つて自然を満喫します。山キャンプにもチャレンジしたいな。（増井真澄）



夏は初のマリンスポーツをしたり旅行に行ったり大満足でした。秋もいっぱい遊んで満喫したいです。（工藤綾香）



初めての編集長！スタッフみんなに助けていただき無事3号を発行することができました。ありがとうございます。これから猛暑だった夏の疲れが出て来る頃です！皆さんお身体に十分お気を付けて下さい。

## 吉廣先生お疲れさまでした

大学を卒業後3年3ヶ月、そして昨年の秋から約10ヵ月間お世話になり、先月、院長先生をはじめスタッフの皆さんに温かく送り出して頂きました。三阪歯科医院を卒業し10月に八幡西区則松7-22-23-1Fにて開業します。今後は三阪歯科医院で学んだことを実践し、患者さんと長いお付き合いをして頂ける医院を作りたいと思います。今までどうもありがとうございました。（吉廣めぐみ）



三阪歯科で吉廣先生の存在はとても大きく、スタッフは皆とても寂しいです。患者さんにもファンがたくさんいました。新しい医院での益々のご活躍を祈っています。（友利一美）



皆さま、こんにちは。  
歯つびー通信33号はいかがでしたか？

## 編集後記