

たかもりメテックだより

～歯の健康を守りましょう～

歯周病とは？

歯周病とは、細菌感染によって起こる炎症性疾患で、歯肉炎・歯槽膿漏の総称です。

■歯周病の症状

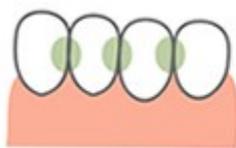
歯周病には、以下のような症状が見られます。進行すると、歯と歯肉の溝（歯周ポケット）が深くなり、歯を支える骨が溶け、歯がグラグラと動くようになります。結果、歯を失う主な原因とされています。

- ・歯がグラグラする
- ・歯茎が赤く腫れる
- ・歯茎から膿がでる
- ・歯茎がしみる
- ・歯茎から出血する
- ・歯石が溜まる
- ・口臭が気になる



健康な歯を保つためのお口のケア

歯周病や虫歯にならないためにも、日頃から以下のポイントに気をつけ、口の中を清潔に保つよう、心がけましょう。



歯と歯の間



歯の溝



歯と歯肉の境目

■歯磨き

お口の清潔を保つには歯磨きが重要です。「食べたら磨く」習慣を身につけ、毎食後、歯磨きを行いましょう。細菌類がお口の中で繁殖しないようにすることが、虫歯・歯周病予防の基本となります。

■歯間ブラシやデンタルフロスの活用

歯と歯の間、歯と歯肉の境目に付いている歯垢や食べかすは、歯ブラシだけでは取れにくい場合があります。そんな時は、歯間ブラシやデンタルフロスなどの用具を活用し、しっかり汚れを落としましょう。

■定期的な歯医者を受診

自分では取り除くことが難しい歯垢や歯石を除去するためには、歯のクリーニングが必要です。お口のトラブルの早期発見・治療にも繋がるので、かかりつけの歯科医をもち、定期的にお口のケアを受けることも一つの方法です。



もし歯の異常を感じたら、放置しておかずに、すぐに歯医者を受診しましょう。

岩本医院

☎(0827)84-0011

| | 8:30 ~ 12:00 | 14:00 ~ 17:30 |
|---|--------------------|---------------------|
| 月 | ● | ● |
| 火 | ● | ● |
| 水 | ● | ● |
| 木 | ● | × |
| 金 | ● | ● |
| 土 | ● | × |

受付時間 (8:30~11:30 14:00~17:00)

木曜日は午後休診とさせていただきます。

◆ホームページ◆

<http://www.iwhospital.com/>

QRコードからも
ご覧頂けます →



2018年6月



| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|------------|----|----|----|------------|----|------------|
| | | | | | 1 | 2 午後休診 |
| 3 当番医 | 4 | 5 | 6 | 7 午後休診 | 8 | 9 午後休診 |
| 10 終日休診 | 11 | 12 | 13 | 14 午後休診 | 15 | 16 午後休診 |
| 17 終日休診 | 18 | 19 | 20 | 21 午後休診 | 22 | 23 午後休診 |
| 24 終日休診 | 25 | 26 | 27 | 28 午後休診 | 29 | 30 午後休診 |

2018年7月



| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|------------|-----------|----|----|------------|----|------------|
| 1 終日休診 | 2 | 3 | 4 | 5 午後休診 | 6 | 7 午後休診 |
| 8 終日休診 | 9 | 10 | 11 | 12 午後休診 | 13 | 14 午後休診 |
| 15 終日休診 | 16 海の日 | 17 | 18 | 19 午後休診 | 20 | 21 午後休診 |
| 22 終日休診 | 23 | 24 | 25 | 26 午後休診 | 27 | 28 午後休診 |
| 29 終日休診 | 30 | 31 | | | | |