

寿都歯科

ふれあいレター

「お口は健康の窓口」

発行日 H27.8.1
発行責任者：長澤 稔

Drニュース

「全道歯科医師ゴルフ大会優勝！！」

7月19日(日)に札幌国際カントリークラブ島松コースにて行われました、第48回全道歯科医師ゴルフ大会に参加し、104人の歯科医師が参加する中、見事優勝しました！！勉強もスポーツも頑張ります！！



「勉強会に参加してきました」

7月4日(土)、5日(日)に札幌にて行われました3Sコンセプトの勉強会の第2回目に、7月25日(土)、26日(日)には仙台にて行われましたBPSデンチャー(よく噛める入れ歯)のテクニカル認定コースに参加してきました。これからも頑張ります。



スズメバチにご注意！

先日、駐車場にある水道管の蓋にスズメバチの巣ができていました。手のひらサイズで小さ目でしたので、早く発見できて良かった！！これからピークになるようなので、皆さん気を付けて下さいね！！駆除作業ありがとうございました！



DH下村のちょっといい話

歯の本数、足りますか？ 正常なうわく歯は28本です。 (*・親類知らず*を除く)
・歯の先天小歯欠如(生まれつき)には、本来あるべきうわく歯がないために、乳歯が長く残っていたり、歯にすき間ができないたり、歯並びが悪くなったりすることがあります。
・原因はよくわからないせんが"遺伝子や女性ホルモンの影響で歯が全身疾患の副作用等"と言われることもありますが、不要な歯が抜かれていたりするといふ説もあります。
・生え変わるはずの乳歯はそのまま残るようです。
本來、うわく歯の生え替わり時には、乳歯の根は吸収されますが、まだ吸収されることはよく乳歯が残ってしまうことがあります。
ですが、乳歯は虫歯になりやすいと、徐々にですが根が吸収されるのが20歳へ30歳くらいまでは自然に抜けてしまう事が多いためです。



…ちぐみに…
私は20歳に20歳まで乳歯がありました。
食べ物をかじると、動くし、痛くて、抜きたいです。
その代り、うわく歯として、"ブリッジ"という木橋を渡し、自分で自分で入れ歯、インプラントといった入れ歯があります。
何か気に付けることがあれば、どうぞお問い合わせ下さい。

栄養士田中の栄養講座

三月にちはす！田中です！ 今回は熱中症の予防についてのお話です！ 热中症の予防のひとつとして、とにかく水分をとること！ と思っている方、これは間違っています！ 水をとるよりも、血清液のナトリウム濃度が下がってしまうため、ナトリウムを摂取しないではいけません。渴きを止め、体内に水分が入らないと、体が反応します。ナトリウムと体内の水分が異常に比例しなくなってしまい、脱水症状を引き起こしてしまいます。熱中症予防には、水だけではなく同時に適量の塩分も摂取する必要があります。また、糖分と一緒に摂ると水分と塩分の吸収スピードがアップします。ミネラルウォーターなども糖分と塩分を少しあわせた"スポーツドリンク"がおすすめです。

。。手作りスポーツドリンク。。

- ・水1㍑
- ・塩3㌘
- ・砂糖20㌘
- ・レモン、ライム、グレープフルーツの果汁少々



りっちゃんのピースでちょこっと話

こんにちは、鳥居です。今月はトラを作りました！ 猫の仲間では一番の大物で、インドやネパールにいるベンガルトラ、インドネシアにいるスマトラトラ、中国東北部にいるシベリアトラなどに分けられます。イノシシやシカ、牛などを獲って食べますが、魚や昆虫なども食べます。日本の動物園にいるトラのほとんどはベンガルトラです。ピースの仲間も増えましたよ！！



カムカム夏祭り

8/29(土) 開催します！

カムカム会員の皆さん、沢山の参加をお待ちしております！

カムカムマイコの歯ッピー掲示板

乳歯と歯ぐきの間

子供の歯ぐきは柔らかく、歯が強く当たると痛がります。仕上げ磨きの時、歯と歯ぐきの境目を磨けない時に、初期虫歯が始まります。虫歯の色は透明感のない真っ白い色で、歯ぐきに帯状に見えます。わかりやすい場合なので早く気づきやすく、歯磨きやフッ素で元に戻します。

